





Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
3355/A





Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
3355/A



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
3355/A

C II
15/h

3355/
A

HUGO

Vienne

p 82

~~Giacomo T...~~
~~Libro...~~
~~...~~
Queste Libro d'appartenere
a me giacomo murena
all' 22 ottobre

1792

19

Hugo Senensis

79357

REGOLE
DELLA SANITA
ET NATVRA DE' CIBI,
DI VGO BENZO
SENESE.

ARRICCHITE DI VAGHE ANNOTATIONI,
& di copiosi Discorsi, Naturali, e Morali
DAL SIG. LODOVICO BERTALDE
Medico delle Serenissime

ALTEZZE DI SAVOIA.

Et nuouamente in questa seconda impressione aggiuntoui
alle medeme materie i Trattati di
BALDASAR PISANELLI, e sue Historie naturali;
& Annotationi del Medico GALINA.



IN TORINO, MDCXX.
Per gli Heredi di Gio. Domenico Farino.





AL SERENISSIMO
PRENCIPE CARDINALE

MAVRITIO DI
SAVOIA.



AR O' forsi riputato po-
co prudente, poiche oso
dedicare à Prencipe sì
grande , vn'operetta sì
picciola, & che non con-
tiene trattati appartenēti à stati, à guer-
re, & ad altre materie illustri, degne de
gli occhi di V. A. Sereniss. mà discorsi
bassi, & familiari delle Regole della Sa-
nità Contuttociò, due cose souera l'altre
mi hāno fatto core, & dato ardire : Pri-
ma il zelo che tutti noi habbiamo della

† 2 salute

salute di V. A. & de suoi Sereniss. Padre,
& Fratelli, à quali massimamente è ri-
chiesta la cura del viuere, per mantener
lungamente la sanità loro, dalla quale
dipende la felicità di tanti popoli, che
beatamēte viuono trà le bilancie, & la
spada di Prencipi così giusti, & così va-
lorosi. Poi, la qualità del Sig. Bertaudò,
autore delle Annotationi; ciascuno sà
ch'egli è Medico grato all'Altezze Vo-
stre, & che per esser stato eletto alla cu-
ra delle Persone loro, come Peone da
Homero, così potrebbe egli da noi es-
ser chiamato Medico de' Dei: onde ben
era ragione, che le opere del seruo fos-
sero date al Signore; nè i fiori dell'in-
gegno di lui poteuano esser ad altri cō-
sacrati, che al nome di V. A. dalle rugia-
de della cui gratia hanno preso l'esse-
re, & quelle bellezze, che hanno. Per-
ciò supplico V. A. ad accettare con la
solita magnanimità sua questo breue
dono; ad agrandirlo con sua auttorità;
& à con.

& à cōseruare à me humilissimo de' suoi
serui vna particella de' suoi fauori; Mē-
tre priego Iddio per la grandezza, &
prosperità di lei, & della Serenissima
Casa. Torino li 20. di Giugno 1620.

Di V. A. Serenissima

Suddito humilissimo



Gio. Battista Tarino.

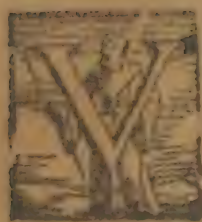
†

3

DEL

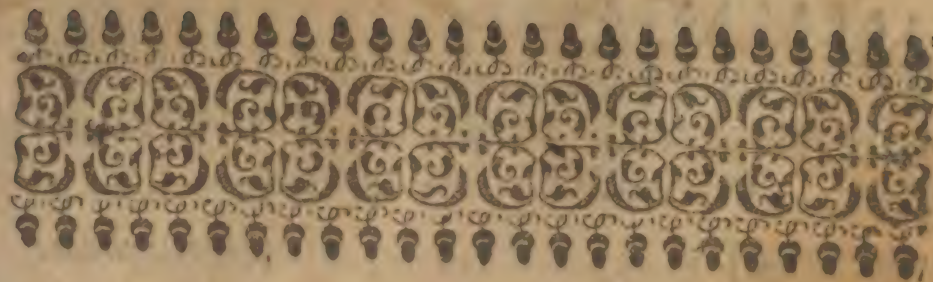


DEL R. F. ARCHANGELO
Spina Eremita Camaldolese.



EGGIO l'altericchezze di natura,
Da i gioghi Alpini in giù frà Macra, e Do-
ra;
E quanto regna il Pò bambino ancora,
Tanaro altero, e l'vna, & l'altra Stura;
E quanto il Rò nel vago corso dura,
E lieto il Varo il grembo bagna à Flora,
Dora il letto inargenta, & Orco indora,
E Sesia smalta la maggior pianura.
Bertaudo hor scopri à noi (tù che'l profondo
Sai de le cose) scopri vn sì bel seno,
Tù degno di portar d' Alcide il pondo:
Ch'io sol dirò di merauiglia pieno:
Se rinascere dovesse Adamo al mondo,
Qui fora il Paradiso suo terreno.





PETRI BORSIERII MEDICI,
Et Philosophi Sereniss. Sabau-
diæ Ducis.

Ornatissimo viro D.L. Bertaudo.



VID referunt funes quos iactat Gallicus ore
Alcides, cur tot monstra cruentus agit,
Prima mihi eloqui vires depingit imago,
Altera compositæ premia mentis habet.
Vtraque sed melius Bertaudi insculpta libello
Sic merito Herculeo tu Ioue dignus eris.

In herbam Reginam Necotianam.

Diripit hæc hominum mentem Regina Tyrannis,
Ocyus ipsa necat Necotiana ferunt:
Quùm subit in mentem falsò phantasmate ludit,
Dùmque magis nocuit, tunc placet illa magis.
Esse nequit sine te, qui tecum ceperit esse
Liberior vita est, te sine quàm sine te?

IOANNIS DOMINICIS MESSALIE
Coriensis Physici, & Medici.



*VI cupit incolumis longæui Nestoris annos.
Et sanus longos ducere posse dies:
Has seruet leges, quas fers Bertalde salutis.
Scitâque curari queis sine nemo queat.
Artibus ex Medicis quam pulcra volumina prodis.
Fama frequens nunquam deperit ura canit.*

Al Molto Illustre, & Eccellentissimo
SIGNOR LUDOVICO BERTALDI
Medico delle
ALTEZZE SER. ME DI SAVOIA,

SONETTO
DI DOMITIO BOMBARDA BRESCIANO.



*Orrei ben pria del Ciel, del Mar profondo
Cura di numerar gli Astri, e l'arene;
Anzi pur quant' in sè granda tiene
L'antica Madre, e l'un, e l'altro Mondo;
Che sottentrar de le tue lodi al pondo
Divin Bertaldi, à cui solo conviene,
Non già de' Cigni il canto, ò di sirene;
Ma del Dio de le Muse alto, e facondo.
Tù, se febre danneggia Egro mortale,
O se Morbo più rio l'infesta, e strugge;
Ratto d'accorri, e fai salute il male.
Di Morte ad onta, che, fremendo, rugge,
Tù i cadaveri annui, Eccelsi ranti,
Dunque se Febo sei, Febo li canti.*

TAVO.



T A V O L A
DELLE MATERIE DI
tutto ciò, che nella presente
opera si contengono.

A

A Rhominatione fol. 701. 807
Abuso del Tabaco. 875
Acetosa. 78. 79. 80. 81
Aceto, & suoi effetti. 100. 101.
103. 104.
Aceto rosato, e Sambucino. 102
Aceto passulazo, de codogni, & de
granati. 103
Acqua, che cosa sia, & suoi effetti.
113. 114. 116. 117.
Acqua la più lodata. 104. 105.
109. 114. 115.
Acqua, & sue bontà, malitia, mi-
nerale, stagnante, de pozzi. 105.
111.
Acqua di Cisterna, flumiale, de
finmi. 106. 111. 115
Acqua di Cisterna. 108
Acqua di Fontana. 105. 110
Acqua cotta. 107
Acqua buona, come si conosca.
112. 113.
Acqua fa smagrir i corpi grassi.
902.

Acqua non nutrisce. 108 109
Acqua di ghielo, ò neve. 110
Acqua contra la pietra. 96
Acqua di cerasse negre. 180
Acqua di capone. 242
Acqua spina. 449
Acqua di cepolla, à che gioui. 96
Acumi, che cosa siano à che gio-
uino, perche di fuori effe donno,
e dentro nutriscono. 81. 82. 83.
84 94.
Acqua per lustrar la faccia. 387
388.
Acqua di faue. 372
Acqua di petri semola. 484
Acqua di sperma di ranocchie.
519.
Acqua de pignuoli. 396
Acqua di frauole per l'urina.
430. 434.
Acqua di melone per far bianca
la faccia. 427
Acqua di melissa. 438
Acqua de noci. 447
Acqua d'orzo. 461
Acqua di lumaghe p'rischi. 544
Acce-

TAVOLA.

<i>Accipenser.</i>	551	<i>Allegrezze fatte per la morte</i>	
<i>Acqua vita.</i> 641.651.652.667.		<i>de Principi castini</i>	851
<i>Acqua vita a chi gioui, & chi</i>		<i>Allegrezza virtuosa può dicken-</i>	
<i>porti nocimento.</i> 651.653.		<i>tar visiosa.</i>	852
<i>Acqua fresca.</i> 669.670.671.		<i>Ampole.</i>	430
672.		<i>Amarezane.</i>	427
<i>Acqua beunta dopò pasto.</i> 674		<i>Ampelids.</i>	280
<i>Accidenti dell'animo, e suoi effe-</i>		<i>Amandole, e sue qualità.</i>	66
<i>ti.</i>	701	<i>Amandole persighi.</i>	69
<i>Affetti dell'animo, come si faccia-</i>		<i>Amido, e sue qualità.</i>	74
<i>no.</i>	818	<i>Ambra.</i>	699
<i>Afflitione.</i>	830	<i>Amore.</i>	701
<i>Affetti dell'animo, che cosa siano.</i>		<i>Ambare.</i>	697
815.		<i>Amore, e suoi effetti.</i> 806.838	
<i>Aglia.</i>	84.85.86.94.	<i>Amor venereo.</i>	834
<i>Agra di cedro.</i>	140.144	<i>Amor di quassio forti.</i>	834
<i>Agresta.</i>	76.77.78.	<i>Amor conosciuto in molti infer-</i>	
<i>Agriotte.</i>	178	<i>mi, da Medici.</i>	838
<i>Agno casto.</i>	602	<i>Amor' intenso.</i>	809
<i>Agnello.</i>	301.302.303.	<i>Ambitione, che cosa sia</i> 819.820	
<i>Agil porreau.</i>	95	<i>Ambitione per nobiltà di sangue.</i>	
<i>Agrosso.</i>	274	820.	
<i>Agri gentini Natatori.</i>	23	<i>Ambitione visiosa.</i>	821
<i>Agalloco, ò legno alce.</i>	685	<i>Ambitiosi vani.</i>	822
<i>Agis.</i>	689	<i>Ambitione, come si curi.</i>	823
<i>Agugia pesce.</i>	516	<i>Amor lasciuo causa di molte ma-</i>	
<i>Agona, sarda, sardina.</i>	541	<i>lie, e veneficij.</i>	837
<i>parti d'animali.</i>	336.337	<i>Amor venereo, e suoi rimedij.</i> 840	
<i>Alauda.</i>	260	841.	
<i>Alimenti, e suoi effetti varij.</i> 59.		<i>Amarene.</i>	178
60.		<i>Animali, che sono biasmati.</i>	211
<i>Alauda.</i>	260	<i>Animali, che lattano, & uccelli,</i>	
<i>Allegrezza.</i>	701.703.704	<i>che ouano, son castini.</i>	216
<i>Allegrezza temperata.</i>	704	<i>Animali, che si mangiano secon-</i>	
<i>Alburno d'Ansonio.</i>	533	<i>do l'ordine de loro bontà, e ma-</i>	
<i>Alica.</i>	577	<i>lizia.</i>	222.223
<i>Alfine, ò morso di gallina.</i>	613	<i>Animali secchi di natura, quan-</i>	
<i>Allegrezza, che cosa sia.</i>	849	<i>do sono buoni.</i>	210
<i>Allegrezza, e suoi danni.</i> 850.		<i>Animali di palustri, si biasmano.</i>	
851.		21.	

Anig

T A V O L A.

<i>Animali di montagna lodati.</i>	215	<i>aria, come si purghi in tempo di</i>	
<i>Animali seluaggi, & suoi danni.</i>		<i>peste.</i>	4.14
287.		<i>aria cattiva, come offenda il cuo-</i>	
<i>Anedra domandata canepetiere.</i>		<i>re.</i>	3
236.		<i>aria, come si corrompi.</i>	2.13
<i>Anedra se'uaggia.</i>	266	<i>aria, qual si debba elleggere nel-</i>	
<i>Anedra.</i>	264. 265. 267. 268.	<i>l'inverno, e qual nell'estate.</i>	3
<i>Antichi mangiauano più la sera,</i>		<i>aria distemperata, e suoi effec-</i>	
<i>che la mattina.</i>	25	<i>ti.</i>	5
<i>Antidoti, e suoi effetti.</i>	52	<i>aria buona, genera buoni spiriti.</i>	
<i>Anero.</i>	74. 75		12.
<i>Aniso.</i>	75. 76	<i>aria fred^a, e suoi effetti.</i>	5.12
<i>Antonino Pio, come morse.</i>	194	<i>aria calda.</i>	5.13
<i>Antidoti contro fongi.</i>	384	<i>aranzi.</i>	140. 143. 147. 148. 149
<i>Anima ha spiriti cordiali.</i>	700	<i>armognanghe.</i>	163
<i>Anima principio efficiente di tut-</i>		<i>ariete.</i>	215. 304
<i>te nostre operazioni.</i>	702	<i>arinato.</i>	276
<i>Anguille.</i>	513 514. 515. 516.	<i>areze.</i>	431
517.		<i>arenghi.</i>	542. 543
<i>Anguille senza nocumento, qua-</i>		<i>arthemisia.</i>	611
<i>li.</i>	514	<i>Areca.</i>	691
<i>Anguille celebrate ne' conuitti.</i>		<i>Arcaion.</i>	698
518.		<i>asyllo del Bellonjo.</i>	260
<i>Anchiode, nonne marsconi, bian-</i>		<i>asino.</i>	326. 227
<i>cheri, iouili, melase, lassa-</i>		<i>astachi, ò astase.</i>	524
<i>rini, e varengade.</i>	540. 541	<i>asta.</i>	615
<i>Appetito.</i>	39. 50 senza appetito	<i>attagena.</i>	223. 224
<i>non si deue mangiare</i>	40	<i>Attilo, ò adello pesce.</i>	551
<i>Appetito si perde dopò l' hora del</i>		<i>Auenzoar vuol, che la principal</i>	
<i>disnare,</i>	27	<i>causa della sanità consista nel-</i>	
<i>Appiole.</i>	439	<i>la lubricità del ventre.</i>	43
<i>apio palustre.</i>	482	<i>auertimenti nelle purgationi.</i>	4
<i>Apue.</i>	540	<i>auellane, e sue qualità.</i>	70. 72.
<i>apua.</i>	577		73.
<i>Arbutto, ò cerasemarine.</i>	606	<i>auarizia, che cosa sia.</i>	823
<i>Arabi non usano la castratione.</i>		<i>auarizia accompagnata da cin-</i>	
211.		<i>que furie.</i>	826
<i>aria.</i>	2. 3. 12	<i>auaritia, e suoi danni.</i>	827
<i>Aria pura, e suoi effetti.</i>	2. 903	<i>Auola, ò magil niger.</i>	533
<i>aria cattiva.</i>	2.13	<i>Azarinella.</i>	517
			82.

TAVOLA.

B

B Agni d'acqua dolce. 18. 19.
20.

B igni d'acqua termali. 18

B afilicò. 131. 132

B afilicò cariofilato. 132

B allarina, ò beuerina. 260

B aciglie. 391

B autia. 489

B arbon pesce. 528

B arbo pesce di Pò. 562

B angue. 602

B arba di becco. 617

B ardana. 618

B atades. 689. 623

B atatas. 689

B angue. 689. 690

B arca. 696

B echassa. 271

B ere deue esser proportionado. 53

B euer troppo, e suoi danni. 54

B euer quando bisogna. 55. quan-

do soutra al cibo. 57

B euer, e sue regole. 63

B euer fresco. 64. col ghiaccio, e con

la neve. 65

B erniche. 266

B equella. 271. 272

B erio, vedi picra glandaria.

B eccafico. 261. 263. 264

B ecco. 304

B erberi. 449

B en bianco, e rosso. 491

B esonica. 606

B elide. 611

B enanda con latte usata da Tar-

tari. 655

B enanda di siero usata d'Alpini.

655.

B euer perche sia necessario. 673

B euer fresco. 669. 670. 671. 672

B ere, che cosa sia, e sue necessità.

672. 673.

B euer fresco, e suoi effetti. 678.

679. 680. 681.

B etre, ò Beisle d'india. 688

B eni di fortuna. 807

B euer ch'ingrassa troppo. 887

B euer per far smagrire. 902

B ietola. 135. 136

B isonze. 389. 310

B izola, ò Bisola pesce ancor do-

mandato Blanchet, palles, Fer

rà, Bùdalle, forte, e Greconde

501.

B iscotelli. 574. 575

B irra. 654

B litto rosso. 604

B litto bianco specie d'Atriplice.

605.

B orreas vento. 5

B oragine, e buglosa. 132. 133.

134.

B och flein. 297. 298

B onaso. 310

B olleti. 386

B onnetrise, ò strinchi de Milanese

sono specie de gobioni. 510.

511.

B otte del Gianio. 510

B ottarga. 539

B occa in cà. 556

B ogba pesce. 562

B rodo di cicori à che gioni. 182.

de cauoli. 190

B roccoli. 188. 189

B rox fatto di seraccio. 198

B rodo de pesci contro veneni. 500

B renno. 266

Brama

T A V O L A:

Brame demer, ò sia dorada.	555	Carne, è loro bontà secondo le par-	
Briza.	579	ti loro.	215
Bursiro.	136.137.413	Carne grasse, & magre, come se	
Bubone.	277	debbano ellegger.	212.213.
Euc.	304.307.308		216.
Buffalo.	309	Carne bouina, e caprina, quando è	
Bue seluaggio.	310	buona.	211
Bulbo escolento.	615	Carne esser humida di natura.	211

C

Accia, come si a lodata. 17.

22.		Carne esser di meglior nutrimen-	
Calamaro pesce.	530.531.532	to dell'altri cibi.	208.219
Caldo eccessivo, & suoi danni.	13	Carne porcina.	212.218.314
Camello.	327	Carne arrostita esser di più nutri-	
Canadelle delle Martegues.	510	mento.	213.214.219
Canauerolla.	284	Carne Salata.	219.305.306
Candiosi in che essercitauano i		Carne grasse per corpi grassi.	905
suoi figliuoli.	22	Carobole, ò silique.	607
Cani.	328	Carambolas.	696
Canfora.	685	Carpioni.	494.500.501.502.
Canella.	122.123	Cariote.	490.491
Capriolo.	286.287.288	Carlo Emanuel Duca di Savoia, è	
Cappari.	166.167.168	sue lodi.	33.376
Capro seluaggio.	288	Cardamomo.	131
Capella uccello.	266	Cardi.	149.150.151.152
Caponi.	210.239.241.242	Carcioffi.	ibid.
Capo d'animali.	337.339.	Carui.	390
Capretto.	293.294.295	Carlina.	616
Capra.	295.296	Carlet de Francesi.	561
Capra seluaggia, ò sia Camoscio.		Carpa, ò Cyprinus.	561.562
296.297.		Cassia de Greci.	119
Capo di latte.	138.139	Cascio, ò Caccio.	191.192.198.
Capin pesce, ò mulo pesce.	556.	199.200.201.	
561.		Castore.	328
Caprifico.	336	Castrati.	210.300.215.212
Carni, e loro differenze.	208.209.	Castratione d'animali, e loro bon-	
219.220.221.222.223.		tà.	209.215.216
Carne d'animali maschi, migliori		Castagne.	158.159.160.161.
delle femelle, eccetto alcune.		162.	
209.215.		Catarratte.	277
		Cauli.	184.185.186.187.188.
		189.190.	

Cauli

T A V O L A

<i>Cauli fiori.</i>	186	<i>Chachi ecara.</i>	587
<i>Cauli rapa.</i>	186	<i>Chalcis.</i>	562
<i>Cauli rossi per le ferite.</i>	188	<i>Charar pesce.</i>	562
<i>Cauli capucci.</i>	186	<i>Cibar si deue l'huomo più l'inuer</i>	
<i>Canallo.</i>	329.330	<i>no, chel'estate.</i>	118
<i>Canallo seluaggio.</i>	330	<i>Cigno.</i>	273
<i>Caniaro fatto d'oui di ceffalo.</i>		<i>Cibi che fanno smagrire.</i>	887.
534.551.		905.	
<i>Ceffaglioni.</i>	353	<i>Cibi, che fanno ingrassare.</i>	886.
<i>Cerafe.</i>	177.178.180	888.	
<i>Cerfoglio.</i>	483	<i>Cicogna.</i>	273.277
<i>Cernellato.</i>	315	<i>Cigna negra.</i>	278
<i>Ceruo.</i>	320.321.322.323.324	<i>Cibi superflui, e suoi danni.</i>	61
<i>Cercella.</i>	266	<i>Cibi, e me si debbano usare secon-</i>	
<i>Ceffalo chiamato Coclani, gilani,</i>		<i>do Galeno.</i>	62
<i>Cabor, Cestreus, mugil uiger.</i>		<i>Cili, che presto, & tardi passano.</i>	
532.533.534.		60.61.	
<i>Cestiano pomo.</i>	439	<i>Cibi si variano secondo le diuer-</i>	
<i>Cernelli.</i>	333.336	<i>sia de temperamenti.</i>	58
<i>Cernella di lepore à che giorni.</i>		<i>Cibi astringenti, e sue utilità.</i>	54.
288.		61.	
<i>Cedronella.</i>	607	<i>Cibi di buon nutrimento.</i>	54
<i>Cereo spinoso.</i>	698	<i>Cibi castiui esser tal volta me-</i>	
<i>Cernello humido, e soporoso.</i>	32	<i>gliori, che i buoni.</i>	40.205
<i>Ceroso per lo stomaco.</i>	36	<i>Cibo trangiuto ingordamete, e</i>	
<i>Cedro.</i>	139.140.141.143.144.	<i>suoi danni.</i>	40
145.		<i>Cibi usati da Indiani.</i>	603
<i>Ceruella di galline, e suoi effetti.</i>		<i>Cibi diuersi à ranola, e suoi dan-</i>	
240.		<i>ni.</i>	41
<i>Cecci, ò ciceri.</i>	181.182.183.184	<i>Cibi consueti non esser castiui.</i>	
<i>Cena parca, e suoi effetti.</i>	42.43	204.	
<i>Ceffo.</i>	276	<i>Cinamomo.</i>	121.129
<i>Charadries.</i>	277	<i>Cipolle.</i>	86.87.88.95
<i>Channas, ò channa, ò bollasso de</i>		<i>Cicerchie.</i>	182
<i>Germani, ò sia Sachet de Nene</i>		<i>Ciborion, Corricion, ò Colocassia.</i>	
<i>riani.</i>	510	618.	
<i>Choracinum pesce.</i>	503	<i>Cichoria.</i>	358.359
<i>Chromis.</i>	502.503	<i>Citrnello.</i>	174.175.176.425
<i>Chame.</i>	530	<i>Clakis.</i>	266
<i>China.</i>	685	<i>Claudio Cesare morse per hauer</i>	
		<i>mangia.</i>	

T A V O L A:

mangiato fongi .	376	Consuetudine esser altra natura.	
Coriunice.	247.248.249	59.	
Colombi.	251.255.256.257	Contrarietà ne i misti.	59
Colombi seluaggi .	252.253	Corryllo .	71
Corbeau, e Crochereyx.	267	Conditi .	626 627
Cornachia .	274.275	Cocca.	690
Consiglio d'Vgon Benzo per con-		Compassione, e suoi effetti.	601
seruar la sanità .	902	Cotogno. 153.154.155.156.157	
Congro pesce .	518	Codognata .	154.155
Concia d'ostiche, e suoi effetti.		Cotogno estingue il veneno.	155
537.		Cocomero .	173.134
Cordilla .	537 539	Consuetudine longa d'una cosa nō	
Costumi buoni si deuono impr-		esser nocua .	204.205
mer nella animi de figliuoli .		Coazze nell' Alpi Cotic .	198
701.		Cornioli .	507
Ci o, e suoi effetti.	210 814	Crescione, ò sia senescione, fauaz-	
Corpo grasso, come si magrisce.		zo, anagallida aquatica, al-	
887.		bumolus, erigeron, e cepea per	
Corpo magro, come s'ingrassi .		l'insalate.	594.595
886.887.		Cryzolo, doue nasce il fiume Pò.	
Cocco d'India, & di Naledina .		506.	
684.		Crapula biasmata .	39.41
Coronopo, ò sia corno di Cerno .		Crudità e suoi remedij .	53
611.613.		Crisomelle .	163.165
Conserua di fiori di granati per		Cryshmo .	391
li flussi di sangue.	399	Cucullo, ò sia cocolo .	277.283.
Conserua di fiori di persici soluti		284.	
ua.	470	Cura generale per le passion del-	
Condito di prune l'hipocondriaca.		l'animo .	10
474.		Cura del corpo .	11
Conchilie maritime.	530	Cumino .	128.131
Corno di cerno .	322.324	Cubebe .	131
Coniglio.	291.292	Cuore.	339 340
Carcepal, Camolaga.	688	Cyanus uccello .	282
Confessione utile per la sanità.		Cyneramo .	280
37.			
Concupiscenza, e suoi effetti.	9		
Condimenti, e sue qualità.	57		
Cognition della qualità de cibi es-			
ser necessaria.	58		

D

D Ama di Plinio. 298
Dāzare, & suoi effetti. 22
Da-

TAVOLA.

<i>Dama, e Daini.</i>	322. 323	<i>Quarta, secondo le regioni.</i>	211.	
<i>Dardanelli.</i>	283		217.	
<i>Dargne.</i>	284	<i>Quinta, secondo la grossezza, ò</i>	<i>magrezza d'animali.</i>	212.
<i>Dattili, e sue differēze.</i>	348. 349		217.	
	350. 351. 352. 353. 354.	<i>Sesta, secondo le stagioni.</i>	212.	
<i>Dattili Regij.</i>	349		217.	
<i>Dattili Marini.</i>	535	<i>Settima, secondo la varia loro</i>	<i>preparatione.</i>	213. 218. 219
<i>Dattura.</i>	428	<i>Ottava, secondo la loro specie.</i>		214. 215. 219. 221.
<i>Dauchò.</i>	490	<i>Nona secondo il tempo, che sono</i>	<i>fiati amazzati.</i>	220
<i>Daurade, ò sta moiane, ò denti-</i>	555. 562	<i>Dieta secondo Arnaldo, quanto</i>	<i>gioni.</i>	51
<i>ce.</i>		<i>Disperatione, e suoi danni.</i>		807
<i>Denti rari segno di breue vita.</i>	41.	<i>Differenze delle passioni dell'a-</i>	<i>nimo, e loro danni.</i>	816. 816
<i>Demonio nemico del Genere hu-</i>	7	<i>Dormire, e suoi effetti.</i>		24. 28.
<i>Decotto celebre de i cicori, per la</i>	182		30. 31.	
<i>renella.</i>		<i>Dormire di giorno, e suoi danni,</i>	<i>& quando si conceda nell'esta-</i>	27
<i>Del disnare.</i>	42	<i>te.</i>		27
<i>Dentale pesce.</i>	556 557	<i>Dormire dopò longha fame, &</i>	<i>suoi effetti.</i>	31. 32
<i>Desiderio, & suoi effetti.</i>	101	<i>Dormire, come si debba.</i>		29. 30.
<i>Desiderio immoderato, & suoi</i>	806 807		32.	
<i>danni.</i>		<i>Dormire troppo esser nociuo.</i>		26.
<i>Desperatione, che danni aporti.</i>	701.		904.	
<i>Dio perche habbi creato l'huomo</i>		<i>Dormire sù le piume esser bias-</i>	<i>mato.</i>	27
<i>più presto per vegghiare, che</i>		<i>Dormendo, come si debba collocar</i>	<i>l'huomo.</i>	28. 29
<i>per dormire.</i>	25			29
<i>Digiunando non si deue passar</i>		<i>Dormir supino, e suoi danni.</i>		29
<i>l'hora solita del disnare.</i>	42	<i>Dormendo alla guerra, che cosa</i>	<i>si debba offeruare.</i>	30
<i>Digestione si deue in ogni modo</i>		<i>Dormire bisogna più presto in cā</i>	<i>pagna aperta, che à ragij lu-</i>	30
<i>procurare per star sano.</i>	53	<i>narij.</i>		30
<i>Digestione farsi più perfetta l'in</i>		<i>Dolichi, e sagliuoli delli her-</i>		ii.
<i>verno, che la state.</i>	55			
<i>Differenze della bontà delle car-</i>	209			
<i>ni sono noue.</i>				
<i>Prima, secondo il sesso.</i>	209. 215			
<i>Seconda, secondo la castratione.</i>	209. 210. 215.			
<i>Terza, secondo l'età.</i>	210.			
	216.			

TAVOLA.

ti.	387	fetti.	831
Dorada, ò dorata, ò sequeno.	555	Endivia di due sorti.	255. 256.
Dolzolini.	615	257. 258.	
Draba.	455	Enula.	361
Dragon pesce.	561	Epicurea età.	42
Dragoncello, ò sia dragone herba.		Eperlan pesce, ò sia barbolo spe-	
607. 608. 609.		tie di rruia.	507
Dromedarij.	327	Equisetto chiamato sciolin da	
Dus, ò Duce, ò Barbagiano.	262.	Piemontesi.	613
277.		Eryngio.	600
Durbec uccello.	282	Eruccationi acide, & nidorose, &	
Durian, & durioni.	688. 694	suoi rimedij.	53
E		Essercitio, e suoi effetti.	14. 20
Echini marini.	525. 535	Essercitio della balla picciola es-	
Effetti del beuer fresco.		ser lodato.	16
678.		Essercitio allegra l'animo.	16.
Effetti del beuer fuor di modo.		21.	
677.		Essercitio quanto sia più lodato.	16.
Effetti del vino beuuto modera-		Essercitio quanto s'è biasmato.	17
tamente.	675	Essercitio quando si debba fare.	15.
Effetti delle passion dell'animo.		Essercitarsi sin quanto bisogni,	
700. 815. 816.		& come ne' tempi freddi.	17
Effetti dell'inuidia.	832. 833	Essercitio dell'animo.	21
Effetti dell'ira.	846	Essercitio guarisce il mal Fran-	
Alfubosco.	490	cese, e lodato da Cicerone, &	
Elettuario per conseruar, che		celebrato da Medici.	21
l'huomo nò dou'èi troppo gras-		Essercitio fatto su i carri.	23
so, e per conseruarlo in sanità.		Essercitio di quante sorti, & co-	
900. 901.		me si debbano fare.	24
Elettuario, che fa smagrire.		Esquisitezza troppa de cibi esser	
907. 908.		pericolosa.	62
Elettuarij varij per simil effetto.		Essempij varij de Prencipi, che	
880.		hanno patito infermità d'amo-	
Empirici deuono esser dannati.		re.	837
46. 47.		Essempij varij per curar l'ira.	
Empirici perche tal volta gioui-		848. 849.	
no.	52	Ethia.	267. 275
Emulatione che cosa sia, e suoi ef-		Euacuar quando si conueniene.	

††

⊙

TAVOLA.

<i>E quando nò.</i>	35	366. 367.	
F		<i>Ficho pesce, ò ficide.</i>	510
<i>Aggiano.</i>	231. 232. 233	<i>Fiele di Lucio à che giouì.</i>	550
<i>Faggiano perche à: ois chia-</i>		<i>Ficodi Farzone, ò phioel.</i>	686
<i>matu.</i>	232. 233	<i>Fico d' ndia.</i>	694
<i>Faggiano grande di Sanoia.</i>	234	<i>Flusso di sangue del naso.</i>	37
<i>Faggiano di montagna.</i>	234	<i>Fuogo di carbone, e suoi danni.</i>	6
<i>Fagioli.</i>	386. 387. 388	<i>Formaggio, e sue differenze.</i>	191
<i>Fagioli delli borri.</i>	387	<i>sino à 201.</i>	
<i>Falaride, ò sia Cuneno de Maltesi</i>		<i>Formaggio vecchio.</i>	192. 196
<i>581.</i>		<i>Formaggio di Sardegna.</i>	195
<i>Falcinello.</i>	275	<i>Formaggio di Milano, & Piace-</i>	
<i>Fame, come si generi.</i>	40	<i>tino.</i>	194
<i>Fanciulli, come si debbano nutri-</i>		<i>Formaggio varia la sua bontà se</i>	
<i>re.</i>	414	<i>condo la varietà, & natura</i>	
<i>Farro.</i>	368. 368. 584	<i>delli animali.</i>	193
<i>Fastidio dello stomaco.</i>	39	<i>Secondo la varietà de pascoli.</i>	
<i>Faue d' Egitto.</i>	617	<i>193.</i>	
<i>Farina qual sia la buona.</i>	573	<i>Secondo il modo di comporlo.</i>	
<i>Farina di faue.</i>	372	<i>194.</i>	
<i>Faue fresche.</i>	371	<i>Secondo la diuersa età delli ani-</i>	
<i>Faue.</i>	370. 371. 372. 373. 374	<i>mali.</i>	195
<i>Faufel.</i>	692	<i>Fongi 374 sino al.</i>	386
<i>Fenicoptero.</i>	275	<i>Fongi reali.</i>	378
<i>Fegato.</i>	340. 341. 342	<i>Silli.</i>	378
<i>Fegato d'occha.</i>	341	<i>Ammoniti.</i>	378
<i>Fegato di lupo, di can rabioso, &</i>		<i>Terroni.</i>	380
<i>altri.</i>	341. 348	<i>Monaciolle.</i>	382
<i>Fenocchio.</i>	389. 390. 391. 392.	<i>Prignoli.</i>	382. 285
<i>393.</i>		<i>De fichi.</i>	382. 383
<i>Fenocchio marino.</i>	391	<i>Daiuere.</i>	383
<i>Fengreca.</i>	407	<i>Nati con arte.</i>	383. 384
<i>Ferra pesce.</i>	501	<i>Sanferoni.</i>	380
<i>Filiberto Duca di Sanoia, perche</i>		<i>Mortali.</i>	386
<i>è chiamato il gran Venetr.</i>		<i>Morti per essi.</i>	377
<i>23.</i>		<i>Forse pesce.</i>	501
<i>Figliuole nutrite co'l ueleno per</i>		<i>Formento, & sua elezione.</i>	563.
<i>uelenar suoi Prencipi.</i>	204	<i>564 570.</i>	
<i>Fiele di Camofia à che giouì.</i>	288	<i>Formento, come si guaffi.</i>	570.
<i>Ficho.</i>	362. 363. 364. 365.	<i>571.</i>	

For-

TAVOLA.

Formento mangiato, e suoidan ni.	576	Gallo.	231
Folcerache.	609	Gallo, e Gallina.	238 239
Freddo, & suoidanni.	12	Gallo, & suo brodo per curar li dolori.	240
Francolino.	224	Gallod'India.	242. 243 244
Franguei.	282	Gallu prouone.	242. 243
Fraghe, ò frau de 430 442. 433. 434.		Gallu palutire di Scotia.	243
Frangol no.	557 558	Gambari.	524 525. 526 527
Friscon, ò fritteau, ò sia fricon de Piemontesi.	533	Garganelli.	266
Frusti.	906	Garsani.	125. 1. 4. 1. 9
Frutti simili alli dattili che fanno olio.	699	Gatto seluggio.	329
Frutti freschi in qual tempo si concedano.	55. 64	Gelinota.	229
Frutto del pino.	393. 394. 395	Gelisia.	701 813
Frutti del faggia.	610	Gengenero.	126. 127. 130
Frutti, che mangiauano nel te- po di Galeno.	610	Giacio, & suoidanni.	65
Frutto del Cetro.	614	Ginepro.	614
Frutti conseruati nelle uinazze. 654.		Gingidio.	598
Furia.	813	Gioncata.	197 198 201. 202
Furore.	701. 813	Gioneni, & robustezza spesse inganna.	7
Fumo uelenato de carboni, & suoi danni.	7	Gingule.	406
G		Glanco, ò Giansio pesce, e Glau- cio del Bellonio detto segaro da Genouesi, ombriana da Romani, corbeto da Venetiani.	503
Agnola, o ropessa de Fran- cesi.	517	Glauidu pesce nell'istio.	511
Galanga.	131	Goby, ò Gobioni.	510.
Galeno à chi biasmi l'uso delle galline.	241	563.	
Galero, ò Groliero, ò Ghieor.	330	Goma di Cerefa, & suoi effetti.	70.
Gallerisa.	260	Gemadi amandorlo.	70
Gallina in che tempo sù meglio- re.	238 239	Geutreuse.	724
Gallina Corilorum.	229	Grana del gramen manne di Boe- mia.	581
Galline seluariche.	243	Grenadilla.	690
Galline d'acqua.	272	Granasi 397. 398 399. 400. 401	
		Granceole, ò Gambari marini.	525.
		Granci porri	525
		Granchi.	524. 526. 527
		Grano	

T A V O L A.

Grano d'India, ò melica turca.	579.	Historie d'empyrici.	46.47.
Grassa.	348	Historie de faggiani della Mar-	
Grassa d'Anguilla vale al dolor		chia antica di Germania.	239
d'orecchie.	515.518	Historice animale.	325.326.
Grassezza superflua, & suoi ri-		Huomo, come si domandi da Gre-	
medy.	885	ci, e favorito da Dio.	7.
Gregori.	266	Huomo sano resiste a tutti gli	
Grigallo.	235	affetti dell'animo.	703
Grifelle.	448 449. 452.453	Huomini troppo grassi, & troppo	
Gritte.	525	magri, come si conseruino.	885
Grua.	278.279.280	886.887.	
Grua di montagna.	279	Hyno vrahe,	699
Grossi, che cosa siano.	363	I	
Grotto.	274	I Aca, b panax.	695
Grua.	268.273	I laca cognominata barca.	656
Guayibam.	687	Iagua zuccaro fatto di noce d'In-	
Guayanar.	688	dia.	685
Guantanamo frusto.	686	Iambo, ò lambolins.	697
H		Iangomas.	697
Habitazione, come si deue		Ibis uccello.	227
eleggere.	2.903	Ibis animal quadrupede.	297
Habitazione d'uno Palazzo stato		Ignamq.	689
ferrato longo tempo esser peri-		Imperatori, e Prencipi, che si di-	
colosa.	4	lettavano di caccia.	25
Habitazione sana come sy.	11	Infermità dell'animo.	8
Habitazioni antiche.	15	Infermità causata dalle passioni	
Habito dell'huomo, come sy per		d'animo.	702
esser in beuità.	902.903	Infedeltà, e suoi effetti.	8
Halec.	543	Inuentori di fabriche.	11
Horiu lo.	283	Inuidia.	701
Hemoris. ò Haireles.	431	Inuidia, & suoi effetti.	813.832
Hemoroidi.	39	Inuidia, che cosa sia.	827.828
Hepato animale.	510	Inuidia peggior dell'ira.	828
Herbe utili per l'aria, quando ò		Inuidioso come si conosce.	828
corrotta.	4	Iodis del Gioio.	510.511
Herbe, che fanno smagrire.	906	Iouilli.	541
Hett. h.	690	Ira.	701
Heyreni.	275	Ira, & irascibil potenza.	9.
Hip. felino.	482	Ira, & suoi danni.	813.845.846
		Ira, & suoi effetti.	846
		Ira,	

TAVOLA.

<i>Ira, & sua cura.</i> 846.847.848.	<i>scoparsorito.</i> 198
849.	<i>Latte, & ona fan ingrassare trop</i>
<i>Ira a che segni si conosca.</i> 845	<i>po.</i> 906
<i>Iuglandi.</i> 446	<i>Lattuca.</i> 403.404.405.406
K	<i>Lanation de piedi.</i> 18
<i>K Alendola.</i> 607	<i>Lavationi per l'està, & inverno.</i>
<i>K Kappe de Miseni.</i> 533	18.
<i>Kern, ò Kern sumen.</i> 578	<i>Lauaretto.</i> 500.501.503.506
L	<i>Lauro.</i> 591
<i>L Accia, ò Lachia, ò chiepa.</i>	<i>Legna atta p far fuoco, e per pur</i>
558.559.	<i>gar l'aria.</i> 4
<i>Laccia, ò sij Alofa, ò Thriſa, ò</i>	<i>Legno di sorbe fa l'aceto forte</i>
<i>chieppa, ò Alansa, ò Clupea.</i>	451.
559.560.	<i>Lenticchie.</i> 407.408.409
<i>Lacedemoni in che offeroſtauano</i>	<i>Leoni.</i> 339.331
<i>i ſuoi figliuoli.</i> 22	<i>Leoni marini ſono ſpeſſe di gam</i>
<i>Lacrima vino coſi chiamato.</i> 648	<i>bari marini.</i> 525
<i>Lagopos di Plinio.</i> 228	<i>Lepidio.</i> 613
<i>Lambitino di canoli à che gio</i>	<i>Lepre.</i> 240.241.288.289.
<i>u.</i> 188	<i>Leucomo.</i> 698
<i>Lampreda.</i> 521.522.523	<i>Limaria.</i> 537
<i>Lampreda picciola.</i> 522.524	<i>Limande de Franceſi.</i> 560
<i>Lannio vedi regeſtella.</i>	<i>Linſe.</i> 143
<i>Lapato.</i> 613	<i>Limoni.</i> 140.141.145.146.147.
<i>Lardo.</i> 316	<i>Limoni, & citroni d'India.</i> 699
<i>Laro.</i> 278	<i>Limofa pellamide, tonno, ſaran</i>
<i>Laſerpitio.</i> 614	<i>cello-ſcombrì, orcini.</i> 539
<i>Lato peſce del Nilo.</i> 511	<i>Lingua.</i> 339
<i>Latte del fico.</i> 367	<i>Lino.</i> 407
<i>Latte.</i> 410.411.412.413.414.	<i>Linie ſpeſſe de Colombi.</i> 255
415.417.418.419.420.	<i>Lodola.</i> 260.261.277
<i>Latte camellino.</i> 416	<i>Loligine, ò ſia rotano.</i> 530.532
<i>Latte di Capra.</i> 416	<i>Lolio, ò loglio.</i> 581
<i>Latte Canino.</i> 416	<i>Lora, ò poſca.</i> 650.653
<i>Latte D'aſina.</i> 416.420	<i>Lotto.</i> 614
<i>Latte di vacca.</i> 415	<i>Lona xzo, Labrari, Licos, Ragno.</i>
<i>Latte di troia.</i> 415.420	<i>Varolo, Spinola.</i> 553
<i>Latte di Caualla.</i> 417	<i>Loxia, ò Krumſchnabel.</i> 284
<i>Latte di peccora.</i> 418	<i>Lubricità del ventre à che gioi,</i>
<i>Latte d'animali, che hanno di fre</i>	<i>& deſe eſſer almeno una vol</i>

TAVOLA

sa il giorno.	43	empirici.	45
Lucio	548.549.550	Medici, che fan del spiritale.	48
Lucerna de Venetiani.	556	Medici, quando per metton: il be-	
Lumaghe.	543.544.545.546	uer, con il gia. cio, e neue	65
Lupi.	351	Mediocrità si dene in ogni cosa.	
Lupi cerneri.	331.332	31.	
Lupini.	406.407.582	Medon 655. Melancio.	617
Luppuli.	597.598.599	Melancriphi	264
Luscina, vedi rosignuolo.	285	Mele.	440.441.442.443
Lutra.	352	Mele per chi è uile.	59
Lysimachia filiquata.	595	Mellica turca.	579
M		Mellia, ò melega.	500
Macis.	130	Melliraso. 610. Mellisa.	438
Mareli del Reno.	533	Melloni con sue differenze, e qua-	
Magiorana.	459	lità 420 sino 427.	
Malua.	597	Mellone Corcopal.	688
Maluasia. 648. Mamella	242	Mellopepone.	424
Mamei 686. Maciamo. 438. 439		Melloni d'Italia. 423. Di Piemò	
Mandragora. 428. Manag.	686	te. 423. Di Francia. 423. Di	
Manganus.	697	Spagna.	423
Mangiar, & beuer quando si de-		Menole.	542
ue.	39.40	Menula, ò agarel.	542
Mangiar, & beuer de nono eßer		Menole, ò mendole.	562
moderati.	53	Mensa, & sue qualità. 435. 436.	
Mangiar superflua mēte, & suoi		437. 438.	
danni.	53	Mensa Greca.	611
Mangiar quando si deue l'inuer-		Menula, ò Rochas del Rondole-	
no, & quando l'estate.	55	no 510. Mercorella.	609
Mangiar troppa carne, & suoi		Mergon.	266
danni.	208	Merla	280. 281. 282
Marasco. 190. Marenghe.	226	Merla chiappa.	282
Marexane. 427. Marmosa.	333	Merope. 284. Merlugo.	542
Mascelle de' lucci per la pietra.		Miluo. 276. Milza.	342
549.		Miscela spette di colombi.	254
Molinaro.	274	Mitridata con le noci contra la	
Medicamenti purganti, e suoi ef-		peste.	447
fetti.	15	Miruli.	530
Medicamenti per diuersità di com-		Modi di usar il cibo.	62
plessioni.	43.44	Molle.	694
Medicamenti purganti usati de		Molochia.	481
		Moneda-	

TAVOLA.

<i>Monedula.</i>	285
<i>Monello.</i>	274.275
<i>Morinello.</i>	275
<i>Monse vessulo.</i>	506
<i>Moro, & sue differenze.</i>	428. fe. no. 432.
<i>More de serpi.</i>	429.430
<i>Mora de' roui.</i>	430.431
<i>Morum celsi.</i>	432
<i>Moringa.</i>	693
<i>Morene. § 15. tenute in gran st. ma.</i>	515
<i>Romani, che se ne dilettavano.</i>	515.
<i>Mori di morene.</i>	515
<i>Rò d'Inghilterra morto per ha- uer mangiato morenole.</i>	516
<i>Morm. l. ò mal'armato pesce.</i>	556
<i>Mori per mangiar meloni.</i>	420
<i>Mori d'allegrezze.</i>	702
<i>Moffo. 443.444.641.648.650. 651.</i>	
<i>Moffella pesce di Boemia.</i>	511
<i>Mofarda.</i>	599.601
<i>Moschato vino così chiamato.</i>	648
<i>Mottacilla.</i>	260
<i>Mottone, ò sù castrato.</i>	298.299. 300.
<i>Mugili, coclani, &c.</i>	333.334
<i>Mugo, e specie di secalla.</i>	377
<i>Muso d'animali.</i>	348
<i>Mustella marina.</i>	523
<i>Mango.</i>	693
<i>Musa frusso.</i>	685.686
<i>Musa paconera del Thener.</i>	686
<i>Musmone.</i>	302
<i>Myrso.</i>	431.614
<i>Myrtilli di Germania.</i>	431
<i>Myrtolani.</i>	609

N	<i>Afon.</i>	428
	<i>Nasturcio.</i>	454.459
	<i>Nachani.</i>	577
	<i>Nauoni.</i>	587.588
	<i>Negocij, che impediscono la di- gestion sono biasmasi.</i>	27
	<i>Nepitella.</i>	611.684
	<i>Neue, e suoi danni.</i>	65.682
	<i>Neue, e suoi giouamēti.</i>	681.682
	<i>Nerone, e suoi costumi.</i>	414
	<i>Nespole.</i>	448.450.451
	<i>Nibio. 276. Nocivole.</i>	71.73
	<i>Noce moschata.</i>	125.126.129
	<i>Noce.</i>	444.445.446.447
	<i>Noci d'India</i>	609.610.683.684
	<i>Nocivole d'India.</i>	689
	<i>Nocumensi per mangiar troppa carne. 208. à chi mangia capo- ni, & galline.</i>	241
	<i>Notola.</i>	262.278
	<i>Notare, & suoi effetti.</i>	23
	<i>Numenio.</i>	275
	<i>Nutrici, come debbano essere.</i>	414.

O

O	<i>Ccupationi dopò il pasto, quali debbano essere.</i>	27
	<i>Occa. 268.269. Occa salata.</i>	269
	<i>Occa seluaggia.</i>	270
	<i>Oechi.</i>	337.339
	<i>Odio.</i>	701
	<i>Odore de formaggi.</i>	193
	<i>Oglio di amandole, e suoi gioua- menti.</i>	68
	<i>Oglio di noce moschata.</i>	129
	<i>Oglio di macis.</i>	130
	<i>Oglio di garofani.</i>	129
	<i>Oglio di semi di limoni.</i>	143
	<i>Oglio contro la sordità.</i>	95

†† 4 Oglio

T A V O L A.

Oglio contro la febre.	166	Orso pesce.	562
Oglio di cerasse.	180	Orsigometra.	251.252
Oglio di frusti d'acuta spina.	449	Orzo.	401.462
Oglio d'olina.	459.460.461	Orzata.	461
Oglio onfacino.	460	Orzo, o sia Gimnocriton.	462
Oglio di nuce regie.	460	Orzo mandato.	320
Oglio di rossi d'oua.	463	Ostarda, e sue qualità.	236
Oglio di ranocchia contro il mal		Ostragha.	535.536.537
Francesco.	521	Ossa del cuor del ceruo.	322
Oglio di lumaghe contra la poda		Ossa di m'espelli per la renella.	
gra.	545		450.451.
Oglio di kalendola per i nerui.		Osternatiuni delli barbi.	63
507.		Ostro, e suoi effetti.	15.20
Oline.	455.456.457.458.459	Oua delle perdici.	229
Oline colombades.	456.457	Oua de faggiani.	234
Oline di più forte.	456	Oua de colombi.	253
Oline acconcie con la salamuola.		Oua d'occa d'Anedda, e di struz-	
456.457. Oline seluaggie.	446	zofon d'un'istessa facoltà.	270
Oline, come si accendiano.	458	Oua, o sian uoua.	462. sino 468
Olini, o sia uline.	456.458	Oua da quali animali si debbano	
Omboli specie di formaggi.	195	pigliare.	462
Umbrina.	502.503.504.505	Oua dura, & suoi danni.	453
Ombra del Rendoletio, o sia rondo		Oua quagli biasmati.	464
falo, e corno pesce.	573	Oua in quanti modi si varia la	
Onagro. 327 Onocrotolus.	274	loro uirtù per la loro prepara-	
Opinione del mal presente, e fu-		zione.	464
riuro.	816.817	Oua di rettitudine, e suoi danni.	465
Opio. 428. Oponia.	694	Oua corrose, & suoi effetti.	465
Oraca. 610. Orata.	554.555	Oua di pesci.	495
Ordine del cibarsi.	6162		P
Orchetie o d'ersesse.	525		
Oreine, tarantole, pampali, o pam-		Paffione dell'animo, e suoi ef-	
pepili.	537	fetti.	9
Orecchie.	358	Paesi affueti a mangiare formag-	
Ornithogallo.	596	gio.	196
Origano. 610. Orobo.	582	Panaleon Vercelese seruire del	
Orbanche.	597	formaggio a paesi accostuma-	
Orfi.	333 334	ti al formaggio.	196 219
Orfi bianchi della nona remola.		Pauone.	245
334.		Pauone d'india.	244
			Palomba

TAVOLA.

Palombi. 254. Palöbi fauari. 254	Pazienza allenua il dolore. 308
Passere. 259	Passioni ch'apporta la lussuria. 835.
Passere trogloditico. 261	Pesci. 492. 493. 494. 495. 596.
Paro. 261. Paperi. 269. 270	497. 498. 499. 506.
Papagalo. 285	Pesci maritimi. 495. 494
Parti d'animali. 335. 336	Pelaggiali. 494
Palma mirabila in Egitto. 350	Sassosi, ò sassasili. 494. 949. 510
Palmisti. 352. Pane 563 sin 582	Sassanti lodati da Diocle. 510
Pane Azimo. 565	De fiumi correnti. 494
Pan furfuraceo. 565. 572	De laghi. 494. 495. 499
Panacella. 566. 575. Panico. 566	Grandi 495. Sallati 495. 498
Pane di diuerse cose fatto. 567.	Freschi. 495. 497. 498
905. Pane Silizineo. 508	Cotti, & conseruati. 495
Pane similares. 569. 571	Piemontesi. 497. Conditi. 497
Pane miscelaneo. 572	Fritti. 497
Pane sordido. 572	Cattini, quali siano. 498
Pane biscotto. 574. Pane di sec-	Francesi. 498. di Spagna. 498
calla. 576. 577. Pane di zea.	Di Sanoia. 498
577. Pane di olyra. 578	Persico dolce. 509
Pane di miglio. 580. Pane di pa-	Persiciche. 510
nico. 580. Pane d'auena. 580	Pestini. 530. Pesce Prete. 556
Pane di riso. 580. Pane di melli-	Pesci piccioli da far fritture. 563
ca. 580. Pane di ryffa. 578	Pesci carsilaginosi. 562
Pane del grano d'india. 579	Peste in Piemēte dell'anno 1599.
Pane d'orzo. 579	14
Pasta per far pane, come si fac-	Pettenarsi, & suoi effetti. 18
cia. 573	Pepe biaco, negro, & lōgo. 117
Passinaca. 489. 490. 491	Pera endogni. 156
Passinaca seluaggia. 490	Perdici. 225. fino 231.
Paganelli. 510. 511. Paguri. 525	Perdice stata longo tēpo morta, d
Palemidi. 537	nociva. 227
Parto d'animali. 335. 336	Pensar à cose spauentevoli, che
Papas. 689. Papyro. 618	danna apertis. 812
Palampinus. 699	Pernice bianca. 228
Palma umifera. 699	Pernice Greca. 229
Passioni dell'animo. 700. 701.	Perdigoni. 228. 230. Peponi. 424
702. 703. 704. 815. 816.	Pepe d'India 428. Peccora. 303
Pagura acquiesca il singulio.	Persea 693. Pessio rosso. 284
805. 810.	Pelecana. 277
Pazza, e sue specie. 805	Pense.

T A V O L A.

<i>Penelope uccello.</i>	266	<i>Pomi, che ubbriacapo.</i>	487
<i>Peri seluaggi.</i>	278	<i>Porco . 311. 312. 313. 314. 315.</i>	
<i>Perfici . 468. 469. 470. 471. 472.</i>		<i>316. 317. 318.</i>	
<i>Peri. 476 sino 480.</i>		<i>Porco vecchio.</i>	313
<i>Petrosemola. 484. 485. 486. 487.</i>		<i>Porco Cingiale. 318. 319. 320.</i>	
<i>488. 489.</i>		<i>Poli d'acqua.</i>	272
<i>Pero bergamoso.</i>	479	<i>Porro le sue qualità 88. 89. 90.</i>	
<i>Phenicopteros .</i>	275	<i>91. 92. 93. 94. 95. 96.</i>	
<i>Pipioni. 212. 251. 256. 257.</i>		<i>Porcellana, ò porrocachia . 480.</i>	
<i>Pinier .</i>	262. 263	<i>481.</i>	
<i>Picco di più forti.</i>	284	<i>Ponse tenerelli a' arbusti, & her-</i>	
<i>Picca, ò gazza.</i>	285	<i>be.</i>	597
<i>Picca glädaria, ò berto de Piemo</i>		<i>Prune. 472. 473. 474. 475. 476.</i>	
<i>refi.</i>	285	<i>Prune seluagge.</i>	476
<i>Pirre, che cosa sia.</i>	369	<i>Preparation de cibi varia le loro</i>	
<i>Piedi d'animali . 346. 347. 348.</i>		<i>qualità .</i>	214. 218
<i>Pierre, che producono fongi 383.</i>		<i>Primavera utile per le purgatio</i>	
<i>384.</i>		<i>ni. 35. Prunedamascchine. 475.</i>	
<i>Pignuoli. 393. 394. 395. 396.</i>		<i>Purgatione dell'aria nel tempo</i>	
<i>397.</i>		<i>d' peste .</i>	14
<i>Pistacchi.</i>	396. 397	<i>Purgatione, & suoi effetti. 35.</i>	
<i>Pinta pesca .</i>	562	<i>Purgarsi una volta l'anno per-</i>	
<i>Piemonte: abundantissimo d'acqua</i>		<i>che giui. 35 quando si conuiu</i>	
<i>& fiumi. 115. de canti lodati</i>		<i>ne. 35 50.</i>	
<i>dal Renealmo. 187. copioso de</i>		<i>Purgand'si, si deue consigliare</i>	
<i>formaggi. 194. li huomini si</i>		<i>col perito Medico. 39. 43. 49.</i>	
<i>nutriscono di copiose, & buone</i>		<i>Purgationi per qual via si denono</i>	
<i>viuade 206. loro costumi. 205.</i>		<i>fare 51. Putino Inglese. 266.</i>	
<i>abondante di ffarne, & faggia</i>		<i>Pausero, ò piniero. 262. 263.</i>	
<i>ni 215. 226. 232. usano a' bai</i>		<i>Pulegio .</i>	611
<i>acqua uita.</i>	652	<i>Pimpinella.</i>	611. 612
<i>Pilule Alefangine, & suoi effet-</i>		<i>Pianta massima.</i>	617
<i>ti.</i>	36	<i>Pygargo.</i>	298
<i>Pomi . 484. 485. 486. 487. 488.</i>			
<i>489.</i>			
<i>Pomi per la pleuresia .</i>	489		
<i>Pomo Manciano, & Sestiano. 438.</i>			
<i>439.</i>			
<i>Pomi doro .</i>	428		
<i>Pomi granati.</i>	400. 401		

Q

<i>Q'agliata.</i>	201. 202
<i>Quaglie .</i>	212. 247. 248
<i>Quiete otiosa, e suoi danni. 14.</i>	
<i>Quieto proportionata al moro. 24.</i>	
<i>Queiras ualle nell' Alpi Cotic. 32.</i>	
<i>Quetz</i>	

TAVOLA.

<i>Querquedula.</i>	272	<i>Rondoni.</i> 283. <i>Rouge.</i>	558
R		<i>Rossi d'oua.</i>	464
<i>Agione quanto operi nel- l'huomo.</i>	9	<i>Rosa.</i> 590. <i>Rubus Idæus.</i>	430
<i>Ragù Lunarj e suoi effetti.</i>	30	<i>Rucula, ò sia eruca.</i>	359. 360
<i>Raffino.</i> 93. 94. 96. 97. 98. 99		<i>Rusticula.</i>	271
<i>Raffano seluaggio.</i>	97. 595	S	
<i>Ramoracio.</i>	98	<i>S Agnarsi spesso, uile per ò troppo grasso.</i>	906
<i>Rane, ò ranocchie</i> 518. 519. 510.		<i>Sagnar, quãdo si dene.</i> 38. 50. 51	
521. <i>Rad io.</i>	561	<i>Salè, e sue specie.</i>	602. 603
<i>Radici utili per la sanità.</i>	906	<i>Salsa.</i> 600. 601. <i>Salixia.</i>	315
<i>Raponeolo, ò raponzoli.</i> 589. 595		<i>Salar d' Ausonio.</i>	500. 508
<i>Ranencolo.</i>	613	<i>Salmon flumiarile.</i>	507
<i>Rami de granato.</i>	401	<i>Salmarino di Trento.</i>	507
<i>Rapa</i> 580. 587. 588. 589		<i>Salamone pesce.</i>	511. 512
<i>Regole della sanità, e natura de cibi.</i>	1	<i>Saluia.</i>	605. 606
<i>Regole per gl'huomini troppo grassi.</i>	885. 888	<i>Sangue buono qual sia.</i>	492
<i>Regole per i magri.</i>	887	<i>Sangue melancunico fa acuto l'in- gegno.</i> 207 <i>Sandalo.</i>	685
<i>Regole d'offeruarsi dopò hauer mangiato.</i>	26	<i>Sanità dene esser preciata.</i>	1
<i>Repletion di varie uinade, o suoi danni.</i>	41	<i>Sanità consiste nella lubricità del corpo.</i>	43
<i>Remedy per l'asciutti.</i>	44	<i>Sani non si deuono purgare.</i>	44
<i>Reg. stella.</i> 285. <i>Reni.</i>	343	<i>Sani, e conualescenti, come si deb- bano gouernarsi.</i>	205
<i>R'ombo.</i>	560. 561	<i>Sapori diuersi generano crapule.</i>	
<i>Ricotta.</i> 191. 197. 202. 203		41. <i>Saturegia.</i>	11. 591
<i>Riatel.</i> 260. <i>Riuerali.</i>	283	<i>Saurioni</i> 615. <i>Sassifica.</i>	613
<i>Riccio, ò Rizzo.</i>	324. 325	<i>Sargazo dell' Acosta.</i>	690
<i>Riccio marino.</i>	325	<i>Sarde, ò sardelle.</i>	540. 541
<i>Ribes.</i> 449. 454. <i>Ribex negro.</i> 449		<i>Scandice.</i> 535. <i>Scorzonera.</i>	617
<i>Ribes dell' Arabi.</i>	449	<i>Scriuer, e suoi danni.</i>	16
<i>Riso.</i>	582. 583. 584	<i>Scischi dormono.</i>	32
<i>Remedy per l'asciutti.</i>	44	<i>Scalogone.</i>	91. 92. 96
<i>Rimedio per guarir scrofole, e il goffo.</i> 580. <i>Robiole.</i>	194	<i>Sciuro, ò schriolo.</i>	333
<i>Rosmarino</i>	591	<i>Scanerda pesce.</i>	561. 562
<i>Robigli.</i> 584. 585. <i>Rondine</i> 583		<i>Scorpena.</i>	561
<i>Rondine marine.</i> 283. 533. 556		<i>Seraci.</i> 198. <i>Sesamo.</i>	582
		<i>Serpillo.</i> 611. <i>Sesacul.</i>	613
		<i>Secresi brasmati.</i>	98
		<i>Sena.</i>	

TAVOLA.

<i>Senapa.</i>	599	<i>Soprafali.</i>	319
<i>Sete naturale, e mendoſa.</i>	56	<i>Sorbe.</i>	450.452.453
<i>Sete, come ſe miſighi co'l dormir ſopra, e come ſi tolleri.</i>	57	<i>Soſtrata, vin coſi chiamato.</i>	648
<i>Sete exceſſiva.</i>	63	<i>Spin ſo.</i>	326
<i>Seme di cauoli cōtra vermi.</i>	188	<i>Spelta.</i>	369.577
<i>Senatione.</i>	594	<i>Spāragi.</i>	392.393.595.596
<i>Semola.</i>	369.604.605.	<i>Sperma di ranocchie a che giuui.</i>	519.521.
<i>Seme di meloni, e ſue virtù.</i>	423.	<i>Spiriti ſono inſtrumenti dell'ani-</i>	
	426.	<i>mo.</i>	703
<i>Seme di canapa.</i>	601	<i>Spiriti, come ſi facciano.</i>	12
<i>Seleni.</i>	482	<i>Spiriti, come d'altermo no' noſtrē</i>	
<i>Serpi, ò Tiro.</i>	519	<i>corpi.</i>	700
<i>Sepia.</i>	530	<i>Spinacci.</i>	591. ſino 599.
<i>Secala domandata Aſia.</i>	577	<i>Spetto.</i>	552
<i>Sigillo Salomone.</i>	613	<i>Spigola peſce.</i>	552.553
<i>Sicomoro.</i>	613	<i>Speranza immoderata.</i>	807
<i>Simia.</i>	333	<i>Speciali maligni, & ignorantē,</i>	
<i>Sifimbrio hortenſe.</i>	416	<i>quali.</i>	49
<i>Sifaro.</i>	482	<i>Sprauiere.</i>	262.276
<i>Siluro del Danubio.</i>	511	<i>Squille ſpecie di gambari mari-</i>	
<i>Siluro di Berna, e Auguſta, &</i>		<i>ni.</i>	525
<i>Argentina.</i>	511	<i>Squacina.</i>	562
<i>Siropo di reſtadini per riſci.</i>	547	<i>Stanze neceſſarie ſecondi tempi.</i>	
<i>Sio, creſcione, ſana xzo, erigeron,</i>			27.
<i>&c.</i>	594.595	<i>Starna.</i>	223.225
<i>Silibo.</i>	619	<i>Stardan non eſſer la ſtarna.</i>	224
<i>Sinodontes peſce.</i>	557	<i>Starda.</i>	236
<i>Solaxxi, e piaceri ritrahono l'a-</i>		<i>Stomaco lubrico.</i>	54
<i>nimo dalla deſperatione.</i>	807	<i>Stomacadi galline, e ſue virtù.</i>	
<i>Sola, e Solea peſce.</i>	558		240.
<i>Solea peſce.</i>	558	<i>Storxicollo.</i>	162
<i>Solano.</i>	592.595	<i>Storno.</i>	282
<i>Sonno, come debba eſſer.</i>	24.28	<i>Streſſicero.</i>	298
<i>Sonno a che gioui.</i>	25.31.32	<i>Stuffe.</i>	19
<i>Quante hore ſi conceda.</i>	26	<i>Struxzo.</i>	268
<i>Come debba eſſere.</i>	26	<i>Strutio.</i>	274
<i>Sonno interroſto, e ſuoi danni.</i>	28	<i>Sturione.</i>	551.552
<i>Sonno ſeda tutte l'euacuationi,</i>		<i>Sumac.</i>	614
<i>ſaluo il ſudore.</i>	26	<i>Sudori nel tēpo del ſonno da che</i>	
		<i>ſono</i>	

T A V O L A.

<i>sono causati.</i>	26	<i>Tarando.</i>	
<i>Sudori. quando giouino.</i>	51	<i>Tartari si cibano di cavalli.</i>	323
<i>Sugo, ò vino de granati p l'vnuo- la relasata.</i>	399		329.
<i>Suffimigio del tabaco, e suoi dan- ni.</i>	875. 876. &c.	<i>Tasso.</i>	332
<i>Sura beuanda d'Indiani.</i>	685	<i>Tedio.</i>	701
		<i>Telline.</i>	530. 531

T

T <i>Abaco, che cosa sia, e suoi danni.</i>	875	<i>Tenca marina.</i>	510
<i>Tabaco si chiama con varij nomi.</i>	876.	<i>Tenca nostrana.</i>	512. 513
<i>Tabaco, chi fu il primo che lo por- ro, nell'Italia, Fràcia, Spagna, & Inghilterra.</i>	877	<i>Terebintho.</i>	613
<i>Tabaco, & suoi danni.</i>	878. 879.	<i>Tette, ò mamelle.</i>	342. 343
	880.	<i>Tetrao animale.</i>	234
<i>Tabaco di qual qualità sia.</i>	880.	<i>Testudini, ò Tartarughe.</i>	546.
<i>Tabaco, come offenda le parti principali.</i>	881. 882. 883		547. 548.
<i>Tabaco opera, come il Hyoschia- mo, & fa effetti mercuriali.</i>	884.	<i>Teste d'animali, e loro qualità.</i>	337. 338.
<i>Tabaco vuole esser proibito, e perche.</i>	884	<i>Teste di uistelli, porci, capretti, e lepri.</i>	337
<i>Taccola.</i>	275. 285	<i>Testicoli de galli.</i>	345
<i>Taggiaciro.</i>	648	<i>Testicoli d'altri animali.</i>	344.
<i>Tapinambo, ò Bassatas.</i>	623.		345. 346.
	699.	<i>Thimo.</i>	591
<i>Taraxacen.</i>	356	<i>Theriaca, & miteridato, quando si debban usare.</i>	38. 907
<i>Tartufani di varie specie.</i>	620.	<i>Thlaspio.</i>	455
	625	<i>Themalo.</i>	502. 503
<i>Tartufani del Marangon.</i>	698	<i>Tiffa.</i>	578
<i>Tauernieri di raro si ubbriacca- no.</i>	644	<i>Tigri.</i>	333
<i>Taccola.</i>	275. 85	<i>Timore.</i>	701. 810. 811. 812
<i>Tarlino.</i>	276	<i>Timore d che gioui.</i>	812
		<i>Timore che cosa sia.</i>	852
		<i>Timore, e suoi effetti.</i>	852. 853
		<i>Timor mandano.</i>	853
		<i>Timor aduenticio.</i>	854
		<i>Timor panico.</i>	855
		<i>Timor, & suoi rami.</i>	852
		<i>Timor, come se curi.</i>	856. 857.
			858.
		<i>Topno.</i>	537. 538. 539
			701.

TAVOLA.

Tonno, Tonino, Creac, ò Burdus.	538.	8.27	Vbbriacchezza, & suoi danni.	643 678.868.871.
Tordo.	27	9.280	Vbbriacchezza di quanti s'ri fi	867.868
Tordo visconoro.		279	trouì.	
Toro.		306.307	Vbbriacchezza da chi è lodata.	868.
Torpedine.		562	Vbbriaccharsi da chi era lodato.	870.
Tragelapho.		298	Vbbriacchi morì.	872
Tremolo.		260	Vbbriacarsi chi sia facile, & chi	643 678.873
Triglia, ò Barbone.	527.528.		difficile.	
	529.		Vbbriacchezza con quali rime-	873 874
Triglie di Francesi, ò san sur-			cù si guarisca.	
mulie, & mol. Barbati, rou-			Vbbriacchezza del tabacco.	884
ger.	529		Vccelli granati.	168
Trippe.	344		Vccelli piccoli.	272 278 284
Tristezza.	701		Vccelli acquati i.	272 273.
Tristezza che cosa sia	703.704			278.
Tristezza per cose future.	805		Vccelli proibiti nella sacra leg-	276
Tristezza per cose presenti, ò che			ge.	
anno d'auenire.	808.809		Veggiare, e su i effetti.	24 31
Tristezza accompagna il dolor			Veggiando sempre, l'huomo non	25
dell'animo.	809		viuerebbe.	
Tristitia.	858.859		Venti.	13
Tristitia, e suoi accidenti.	860.		Venti Meridionali, e suoi effetti.	13.
	861.		Venti Aquilonari.	13
Tristitia adulterina.	862.863		Vèire stitico che cosa li bisogna.	35 905 907.
Tristitia guarita con essemi.			Venireturico à chi giouì.	43
	864.865 866.867		Veneno, che s'estingue col codo-	155
Trogia di uilo uccello.	260		gno.	
Trutta di Genova.	508		Ventre.	343.344
Trutto del fiume Nar di Gale-			Ventricoli.	348
no.	506 507		Verga di corno.	322
Trutte.	506.507.508.509		Verga delle pesce.	533
Trutta fulmonata.	508		Vernaxe.	648
Trutta piscinaria d'Augusta.			Verzi.	184
	507.		Vermida pigliar Trutte, & Te-	504
			mali.	
V				
Vacca.	305 306			
Valeriana.	611			
Vanello.	203			

V.

T A V O L A.

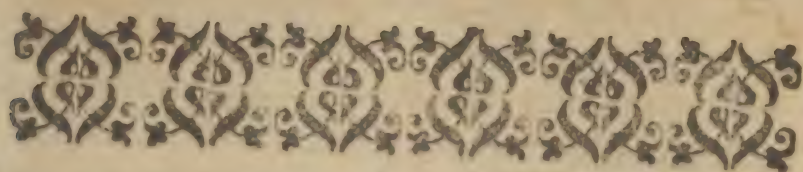
<i>Vergogna, & suoi danni.</i>	813	<i>Vini lodati da Galeno.</i>	645
<i>Vesperileoni.</i>	275	<i>Vino di ribes.</i>	449.454
<i>Vignaga.</i>	483	<i>Vino, come nostrisca.</i>	646
<i>Vigilie superflue biasmat.</i>	25.34	<i>Vino de peri, e pomi.</i>	478
<i>Vigilie à chi giomino.</i>	34	<i>Vino piccante.</i>	647
<i>Viole.</i>	611	<i>Vino di palme.</i>	351
<i>Visciole.</i>	178.180	<i>Vino chiareisso.</i>	647.648
<i>Vittorio Amadeo Principe di</i>		<i>Vino, e sua bontà, come si varia.</i>	647.648.
<i>Piemonte.</i>	23	<i>Vini di varie Provincie.</i>	645.
<i>Vitello.</i>	308 310.311		648 649.
<i>Vittoni perche così domandati.</i>		<i>Vino à chi si deve concedere, a</i>	
	194.	<i>chi nò.</i>	649 674
<i>Vino, che cosa sia. 636. fino in</i>		<i>Vino beuuto dopò à meloni.</i>	421
<i>646. sono di 12. sorte. 646. 647</i>		<i>Vino usar se deve secondo l'uso</i>	
<i>655.</i>		<i>de' paesi, e per che.</i>	650
<i>Vino, e sue qualità. 637. fino</i>		<i>Vini quali, & in qual stagione</i>	
<i>655.</i>		<i>bener si deuono.</i>	650
<i>Vino dolce. 630. fino 677.</i>		<i>Vini Indiani.</i>	654
<i>Vino acerbo.</i>	649 653. 659	<i>Vino di betonica, & vino di ros-</i>	
<i>Vino mure, d' di meza saper. 639</i>		<i>marino.</i>	652
<i>Vino potente.</i>	640	<i>Vini diuersi medicati.</i>	653
<i>Vino adacquato.</i>	64	<i>Vino di pomi, d'amarene, & di</i>	
<i>Vino acquoso, e debole. 640. 647</i>		<i>diuersi frutti.</i>	654. 655
<i>Vino nuouo 680. fino 657.</i>		<i>Vino rosso. 661. 662. 663. 664.</i>	
<i>Vino anizicho 640 fino 657.</i>		<i>Vino bianco. 665. 666. 668.</i>	
<i>Vino qual sia migliore.</i>	640	<i>Vino beuuto moderatamente, e</i>	
<i>Vino di differenze secondo i colori.</i>		<i>suoi effetti.</i>	675. 676
	640.	<i>Vino beuuto fuor di modo, e suoi</i>	
<i>Vino artificiato. 641. 642. 648</i>		<i>effetti.</i>	677
<i>Vino medicato. 642. fino 668.</i>		<i>Vino beuuto fresco, e suoi effetti,</i>	
<i>Vino lauato.</i>	642	<i>678 fino. 683.</i>	
<i>Vino moderato.</i>	643. 646	<i>Vino con che rimedij vèghi odia</i>	
<i>Vino cotto. 443. fino 651.</i>		<i>to.</i>	874
<i>Vino che ingrassa troppo.</i>	887	<i>Vino vietato à i Rò.</i>	869
<i>Vino melato del Quercetano.</i>		<i>Vmbre chiuallier.</i>	502
	441.	<i>Vmbra marina.</i>	502
<i>Vino fresco.</i>	65	<i>Vmbra de Massiliensi, chiamata</i>	
<i>Vino brusco.</i>	658. 660. 661	<i>ungdaing.</i>	503
<i>Vino in che quantiti à se debba be-</i>		<i>Vmbra di Lucerna, e lago Tigu-</i>	
<i>uere.</i>	648. 677	<i>rimo.</i>	

TAVOLA.

Vino .	508
Vmble de Sanoardi , e la lacu-	
stia .	512
Vomito utile per conseruar la sa-	
nita .	907
Vpupa .	277
Vrogallo .	235
Vuinette .	261
Vua transmarina .	449 454
Vua dell'orso .	449
Vua spina .	452.453
Vua e sue virtù .	629.630 631.
	632.633.
Vua di molte specie .	630.
	631.
Vualambrusca .	631
Vua brumesta .	632
Vua passa .	634 635.
	636.
Vua passa di Corinto .	635
Vua passa condia solutina .	
	636.
Vuona .	462.463.464

Y Vana serpe .	761
Y . Vuana suu fornari il mal	
Francesco .	651
Yayama, ò yayagua .	691
Z	
Z Arer .	451
Z Zea .	369.577
Zizale, ò sia Zenxenerini .	402.
	403.
Zenzero, ò gengenero .	126.127.
	128.
Zeopiron .	578
Zibibo .	635
Zuccaro .	626 627 628 629
Zuccaro chiamato mel di canna .	
	626.
Zuccaro di Sicilia, e madera .	
	627.
Zuccaro fatto della sira chiama-	
ta lagra .	685

I L F I N E



REGOLE
PER CONSERVARE
LA SANITA',

COMPOSTE DA HUGO BENZO
Senese Medico, & Filosofo:

CON LE ANNOTATIONI DI
GIO. LODOVICO BERTAVDO
Medico, &c.

Et prima dell' Aria .



ON grandissimo studio conuiene, *Si deue schi-*
che l'huomo discaccia da se tutte *far' ogni cosa,*
quelle cose, che puono apportarli *che porri dan-*
danno alla sanità, & deue quella *no alla sanità.*
conseruare in cōueniēte, e proportionata har-
monia, e temperanza, della quale oltra le vir-
tù dell'animo, non si troua cosa più lodeuole,
ne tã poco migliore, e desiderabile, si attribuis-
se alla generatione humana; perche senza essa
niissun'atto, ne virtù dell'animo si può mandar
ad alcuno effetto, & in darno (infermandosi il *Senza la sans*
corpo) si sforzerà l'huomo à darli alli studi *ta nißuna at-*
delle scienze, & delle altre virtù, & tanto più *sione si può*
l'huomo deue hauer cura, e consideratione alla *mandar' a l'at-*
sanità sua, quanto che essa hà da giouare non *cun' effetto.*
A solo

2 *REGOLE DELLA SANITÀ.*

solo à se stesso, mà anco ad altri, ò sijno sudditi, ò popoli à lui commessi, per la qual cosa bisogna metter'ogni cura, e diligenza degna, commendabile per la conseruatione della sanità nostra, la qual co'l diuino aiuto si conseguirà, mediante le osseruationi dell'infrastrate Regole.

DELL'ARIA Cap. I.

*Habitatione
qual si debba
eleggere.*

*Bontà dell'aria,
e suoi effetti.*

*Effetti dell'aria
impura.*

*Aria rinchiusa
si deue schiudere.*

*Aria pura, come
ancor' puri
elementi, come
si corrompono.*

PRIMO dunque si deue mettere ogni studio, e cura, che l'assidua sua habitatione e solito luogo, oue hà da dormire, e conferir i suoi negotij del gouerno suo, sia nel più salutare aere, netto, e puro; quanto più sia possibile, & ciò secondo la diuersità de' tempi; Per il che non solo conseguirà grandissimo beneficio per la manutentione della sanità, mà etiamdio conseguirà perfettione, & vtilità all'intelletto, come chiaramente si dimostra l'autorità, e grand'esperienza, che han hauuto gl'antichi, quali han detto, che l'aria impura, grossa, e corrotta non solo offende il corpo, mà grandemente ingrossa l'intelletto, e la ragione; & quasi adombra, e circonda à guisa d'vna ruggine tutte le virtù dell'anima. A questo effetto con gran diligenza, si deue ritirar dall'aria rinchiusa, e non elleuata, similmente dall'habitatione delle profonde valli, & delli luoghi vicini alle lagune, palludi, e fanghi, & se ben con bellissime ragioni filosofiche, si dimostrì, che il puro, e netto aere, & così anco ogni altro puro, & semplice elemento nò possi
corrom-

REGOLE DELLA SANITA. 3

corromperfi, e putrefarsi, nondimeno setali
elementi saranno misti, & parteciperanno de
vapori acquosi, e terrestri, s'ingrossano, & di-
uentano putrescibili, & corruttibili, & tanto
più si rendono nocuoli, quanto più la mate-
ria, donde procede l'euaporatione, & effala-
tione è peggiore, & più infetta, anzi alcuna
volta tali elementi, si corrompono per la vici-
nanza d'alcune acque, ò terre, e minere vene-
nate, per le quali passando huomini, bestie, uc-
celli, & altri animali, per tali luoghi, restano
morti. Ne si deue alcun marauigliare di que-
sto; perche l'Aria che non spira, passa, e se ne
uà al cuore, & sendo il cuore fonte, & origine
della vita nostra, & di tutte le virtù, riceuen-
do in se qualche corruttione, ò infettione ve-
nenata s'estingue, & more.

*Come l'aria ca-
tua portino-
cumeto al cuo-
re.*

S'elegerà dunque d'ogni tempo l'aria pura, e
secondo la diuersità de tempi dell'anno tempe-
rata nelle proprie qualità, *Elettione del-
l'aria.*

Primieramente nel tempo dell'estate, sia
l'habitatione ne' luoghi capaci, & che conten-
gono in loro puro, chiaro, & euentato aere,
qual tendi à fredezza temperata, ò sia scoper-
to, & drizzato verso l'oriente, & settentrione,
perche non è tardo à scaldarsi, leuando il Sole,
& tosto si rinfredda, quando nell'occidente si
nasconde.

*Nell'estate
qual aria si
debba elegger.*

Nel tempo più freddo, si può habitar ne'
luoghi più profondi, & che non habbino tan-
ta euentatione, & ariosità, & siano diffesi da
venti de monti, & dall'aria settentrionale, mà
che declini à calidità temperata. Se per sorte

*Qual nel sem-
po dell'inuer-
no.*

4 REGOLE DELLA SANITA.

Che cosa si debba far nel tempo che l'aria è infesta. bisognasse transferirsi ne luoghi, che vi fossi aere infetto, & pestilente, si deue grandemente guardare in luoghi capaci de venti, & molto ariosi; perche in tai luoghi più facilmente per l'anelito, e fettore passa per li porri, & arterie, & ogni venenosa impressione si comunica al cuore, mà si deue elegger vna stanza chiusa, la qual vn giorno auanti sij purificata con l'accenderui competente fuoco, & ciò si farà con legna di genepro, ouero di quercia, ò di cipresso, ò si potranno purificare con profumo fatto d'incenso, e mirra, ò vero di qualche altra cosa ordinata dall'Auttore di Medicina in tal caso conueniente.

Herbe utili per contemperar l'aria.

Come si debba governarsi, mutandosi da un luogo à l'altro in tempo sospetto.

L'habitation d'un palazzo, lungo tēpo rin

Estinto poi il fuoco, & purgate le stanze, se sarà in tempo di estate, ò vero in tempo di primavera, ò vero dell'Autunno spargersi per le stanze delle herbe fresche, che non habbino grande humidità, & acquosità, mà si spargeran le foglie di canna verdi, di salici, ò di viti, ò vero de myrthi, & simili refrigeranti, & irrorate con acqua fresca, & aceto, offeruando insieme l'altre regole necessarie, cò le quali si può preferuare dall'aria pestilente, & se ben nella Prouincia fosse ottimo aere, quando bisognasse, che si visitasse le terre del suo gouerno, è buona cosa vn giorno auanti sia retificato l'aria di sua habitatione col fuoco, e suffumigioro fatto con le predetti legni, & con spargerui le prenominate cose, & con l'istessa, ò simile irroratione, la causa è chel'aria d'un palazzo, ò altra habitatione, qual per longhezza di tempo sia stata ferrata, facilmente hà potuto riceuer qual-

REGOLE DELLA SANITA. 5

qualche infettione di cattive, e putride qualità, *chiuso, e sospeso*
 perciò farà bene avanti che andare, hauerle pu-
 rificate co'l fuoco, qual sia fatto con legni odo-
 riferi, e buono ratificatore dell'aria infetta;
 Ancora si deuono schiffar tutte le intemperan-
 ze dell'aria: percioche sendo l'aria principal-
 mente necessaria alla vita nostra, per l'inspira-
 tione, & euentatione, che fa ne' pulmoni, re-
 frigerando il cuore, & euentando il calor d'es-
 so, accioche non venghi ad infocarsi, come
 ancora per l'expiratione mondificando, & espur-
 gando il cuore da fumosi vapori, & se quello
 fosse distemperato, comunicarebbe l'istessa
 distemperanza al cuore, & à tutte le altre mem-
 bra.

*Si deve schi-
 uarsi l'intem-
 peranza dell'
 aria.*

Si deuono specialmēte fuggirle grandi scal-
 me, & rabbiosi caldi dell'citade; perche risol-
 uono i corpi, & debilitano la virtù digestiua,
 distruggono l'appetito, & il calor innato, fan-
 no effalar gli spiriti, & preparano gli humori
 alla putrefattione.

*Schinarsi de-
 ue da eccessiui
 caldi.*

Ancora li venti meridionali fanno venire
 quasi simili accidenti, grauanano il capo, leuano
 l'vdito, perciò l'huomo si deve guardar di non
 esporli ad essi, à questo effetto han commanda-
 to gl'Antichi, che nel tempo dell'estate, si deb-
 ba habitar in luoghi freschi, ò palazzi, quali
 habbino le finestre larghe, & aperte verso Bor-
 rea, settentrionale, acciò l'habitatione libera-
 mente sia inspirata dall'aria settentrionale.

*Notamenti da
 veti meridia-
 nali.*

*Boreas vento
 settentrionale.*

Similmente si deve guardar da vna intensi-
 sima frigidità dell'aria, & se ben il freddo ri-
 messo faccia la digestione più forte, & vigori il
 calor

*Fuggir biso-
 gna l'eccessiua
 freddi.*

6 *REGOLE DELLA SANITA.*

*Danni del vè-
ro Borreale.*

calor naturale concentrandolo alle parti interne, nondimeno il freddo intenso, specialmente spirando Borrea, mortifica il calor naturale, & induce dolori à nerui, muoue tossi, e catarri, & altre passioni al petto particolarmente, & vesica, & ad altre parti, & essendosi nell'inverno necessariamente introdotto l'uso del fuoco, si potrà anco schiffar il souerchio scaldarsi ad esso.

*Fuogo di car-
bone, e suoi ef-
fetti.*

Si deue ancor auertir con diligenza, che se à caso si dormisse in stanza rinchiusa, & specialmente fatta in modo di testudine, & voltata per tempi freddi, & che sia da ogni banda in modo chiusa, che non possi transpirare, non s'accendi in quella fuoco de carboni; percio-

*Venenati va-
pori del car-
bone son ueri
colosi, & cau-
sano morte.*

che à tempi nostri alcuni per il fumo, e venenosi vapori del carbone son cascati morti, per la proibita transpiratione d'essi, molti ancora per il pronto soccorso datoli sono scampati dal

*Historia per il
vapor del fu-
mo del carbo-
ne.*

pericolo della morte. Accade che sendo io in Perrugia alcuni miei scolari mi cōdussero, con gran fretta ad vn suo compagno, qual haueua no lasciato senza loquella, & priuo de sentimenti; perche la sua stanza era fatta à modo di testudine, e haueua fuoco de carboni, subito collocato l'amalato in aria aperta facendoli far le fricationi alle parti estreme, & con odori soauì, e confortanti il cuore, & il cernello, su-

*Altra histo-
ria.*

bito ricuperò la loquella, & sentimento. Quell'istesso inuerno sendo in Fiorenza appressò la persona dell'Vfficio de' Mercanti, tutti li prigionieri si ritrouarono dormentati, & del certo sariano morti, se non fosse stato, che vn di quelli

REGOLE DELLA SANITA. 7

quelli, qual hauendo riceuuto manco lesione dal venenato fumo del carbone, che gl'altri, per ritrouarsi à caso più vicino all'vscio della prigione, che miserabilmente gridando domandaua aiuto. A questo effetto dunque, se pur ti fia di bisogno, & la necessità ti costringi di vsare il fuoco di carbone incontinente s'apriranno le finestre, & l'vscio ancora, accioche li venenosi fumi d'esso possino transpirare, faccendoti chiaro, e certo che il vetro, che per consuetudine si mette nelli carboni poco gioua.

Come si possa schiffar il venenato fumo d'esso.

ANNOTATIONI

Al Capitolo primo.

L'Huomo che da Greci è chiamato Microcosmo, cioè picciol Mondo, fù dalla Diuina Sapienza adornato delli celesti fauori del libero arbitrio, della giustitia originale, & immortalità, con i quali egli poteva star lontano dal peccato, e da se sgombrare tutte le miserie, & infermità, & anco la morte, mercè all'attitudine della volontà, alla viuacità de sensi, & alla sincerità delle potenze, che lo faceano inestermabile, e tale lo collocò nel Terrestre Paradiso, lo fece Signore e Padrone di tutte le cose, si che ogni animale obediua all'Imperio di lui, & ogni cosa seruiua al commodo di lui, e come non fù mai il più dotto, altresì non fù giamai di lui il più fauorito. Anzi furon tali, e tanti i fauori riceuuti da Dio, che destaron inuidia nel petto del Diavolo, quale cercò per ogni modo di farlo cadere da quel felice stato, nel quale Iddio creato l'hauua, e non re l'huomo nel

L'huomo da Greci chiamato microcosmo come fù da Dio fauorito.

Demonio perche fece cadere l'huomo nel

A 4

poten-

8 REGOLE DELLA SANISMA.

peccato, & cō potendo per se stesso lo fece cadere col mezzo della
qual mezzo. donna e così lo spogliò de i gratiosi doni, lo ferì nel-
li naturali, onde il meschino tanto nel corpo, quanto
nell'anima restò sottoposto à mille miserie, di pover-
tà, passioni, tentationi, esilij, tribulationi, crucia-
ti, e morte, e tanto nel corpo, quanto nell'anima in-
fermo.

L'infermità dell'anima in che consista. L'infermità dell'anima consisteno nell'intelletto,
nella volontà, nella concupiscibile, e nell'irascibile;
L'intelletto resta infermo quando intende falsamen-
te il concetto, ouero per la debolezza di mente, qua-
le da altri è chiamata mente infida, quale immedia-
tamente dipende dall'animo; perche non misura le
sue forze, non intendendo rettamente, inciampano
in molti errori di bugie, come Lucifero, che diede
vna mentita à Dio dicendo à proto parenti, ne qua-
quam moriemini. In errori di fede, come Caino,
che fù il primo heretico, che negò la Diuina miseri-
cordia, e tanti altri heretici di nostri tempi, quali ne-
gano l'autorità Pontificia, gli Sacramenti, la San-
tissima messa, & altre cose sante, e pie, ò che pro-
rompono in beſlemie, e mormorazioni, come fanno
molti peccatori, ò che si lasciano salir dall'ira, tri-
stezza, inuidia, furore, timore, quali perturbano
l'huomo, e questi procedono dall'animo, & dal corpo.

Infidelità.

Lucifero.

Caino.

Effetti dell'in-
fedeltà.

Volontà, che
cosa sia.

La volontà è quella che comanda alle potenze
dell'anima, come l'intelletto propone, e spesso alla cie-
cha, perciò non tutto quello che vogliamo è giusto,
tal volta è piena di desiderij inordinati, e di appetiti
sfrenati, di superbia come Lucifero, di vanagloria
come Antioco, di ambitione Nabucdonosor, aua-
ritia Giuda Scariotto, inuidia come Caifasso; Questo
accid non erri conuiene sia accompagnata dalla ra-
gione

REGOLE DELLA SANITA. 9

gione, quale è la vera, & vnica medicina, per ris- Razione e suoi
sanarla; perciò Iddio non solo hà dato all'huomo la effetti.
volontà libera; mà ci hà gionta la ragione per certi-
ficare il voler nostro, come quando si dona l'assisten-
te à chi non è Dottore, acciò si giudichi secondo la ra-
gione, e non si lasci ingannare dal proprio appetito.

La concupiscibile fa l'anima inferma col fango
delle sporcitie carnali, delle dilutie temporali, e diso- Concupiscen-
nestà del senso, come si sentono molti, quali raccon- za.
tano cose profane, e disonesti essempli.

L'irascibile ci fa cadere nell'infermità de gl'odij, Irascibile po-
rancori, malenolenze, & ire, da quali nascono mol- tenza.
te cattive imprecationi, ingiurie, bestemie, bolendo-
gli il petto à guisa di pignata, che manda fuori l'ac-
qua per il souerchio fuoco, così egli manda fuori, la
sua sciocchezza, come dice il sanio ne' prouerbij. c. 15. Salomone.

Os fatuorum ebullit stultitiam. E votando
amorza il fuoco limpido della ragione, resta bab-
bagliato, non si quel che si faccia: come dice il Mo-
ral Cattone. Impedit ira animum ne possit cer-
nere verum. Si che turbandosi l'animo passionato si Catone.
vengono poi à generar febre diarie, e putride, e
co'l tempo habituali, passioni nell'hipocondrij, e la- Carriui effetti
sciano il corpo pieno d'humori vitiosi, e l'anima tur- delle passioni
bata, quale anco non hauendo la ragione per sigurtà d'animo.
cade in molti errori: Questi effetti muouono il san-
gue, & i spiriti, cominciando hor dalle parti intrin- Quegli che se
seche, che sono l'allegrezza, l'ira, l'odio, con i ra- moueno dall'
mi d'odio, inimicitia, & altri: hor dalle estrinseche, intrinseco al-
che sono il timore, la tristezza delle quali nascono l'estrinseco, &
l'inuidia, l'emulatione cattua, l'affanno, il dolore, dall'estrinseco
il cordoglio, & altri simili, de quali scrineremo all'intrinseco.
nell'ultimo capo.

Que-

IO REGOLE DELLA SANITÀ.

Esempio di Galleno. Questi souerchi affetti dell'animo da Galleno sono parangonati al cauallo sfrenato, & indomito, quale non può patire il maneggio, per questo cerca d'uccidere il canallarizzo con calci, e spesso precipita se stesso.

Cura generale. Per guardarsi da queste infermità dell'animo, e del corpo de quali l'huomo è composto, dene ciascuno procurare di mantenere la temperanza del corpo, quale da Medici, è detta symetria, dalla quale tutte l'attioni sono disposte con Methodo, & ordine tale, che l'animo resta quietto, e non vien aggiato dalle passioni. La cura di queste infermità far non si deue con droghe, beuande, bocconi, compositioni, confetti, & altre cose medicinali; Ma con vna preuia dispositione di parole, e ragioni, per le quali si rendono atti à riceuere la sanità, come ben dicea quel Medico. Qualis spiritus, talis est animus, qui igitur spiritu sunt moderato, & animo sunt moderato, & benigno; Questa dispositione farassi co'l mezzo de' Padri Theologi, e Confessori, quali con Sante essortationi, buoni raccordi, e gioueuoli parangoni imprimono nella mente le specie delle cose contrarie alle passioni d'animo dell'infermi, e così cacciano quei furibondi motti, e rimettono la ragione, l'equità, le virtù quali vanno regolando l'huomo, e gli danno la perfetta sanità, l'istesso possono anco fare gli Medici, quali con l'infermi deuono hauere molto credito, e gli buoni amici, & ogni sorte di persone intelligenti, quali sapiano addurre essempli morali, e spirituali à proposito dell'infermità. A noi Christiani giouerà molto più la Christiana Filosofia della fide, e speranza, e carità, le quali come feconde radici hanno virtù di curare ogni infermità

REGOLE DELLA SANITA. II

mità d'animo, e far crescere l'arbero dell'huomo nelle virtù, sendo quelle come l'arbero della vita nel Terreste Paradiso, quale haueua virtù di curare ogni infermità, & anco d'immortalare l'huomo.

La cura del corpo si fa con mantenerlo con debita Cura del corpo symetria, & vguaglianza, acciò la temperie delle parti corrisponda a quella delli humori, e questa a quella delli spiriti, a quel modo l'harmonia del corpo, e dell'animo faranno vna buona consonanza, & ogni parte secondo l'uso suo proprio farà solamente la sua functione, e così l'huomo restarà sano. Giouarà ancora molto l'habitatione, quale non deve essere nelle Spelonche, ne tampoco nelle grotte, come habbitarono quei rozzi huomini nel principio del Mondo, ouero come poco dopo fecero gli Illy, quali intesceuano le loro stanze di frondi, e cane; o come si legge di Dosio figliuolo di Celio, quale hauendo tolto il modello dal nido delle rondine con lutto e canochie facea le mure di sua habitatione, come si vede anco a tempi nostri in molti luoghi, che i poveri fanno delle case simili; Per essere sana conuiene che l'habitatione sia di buone mura fatta di calcina, mattoni, o pietre, come insegnarono Eurialo, & Hyperlio fratelli Atheniesi, quali furono i primi che ritrovarono l'inuentione di fabricare, la quale fu poi da Romani accresciuta, con l'inuentione dell'intagliati marmi, & altre poi che furono portate da diuerse parti del Mondo, e finalmete è cresciuto tanto l'uso c'han voluto non per necessità, ma solo per voluptà dorare i trau, o solari, e cosa che alla sanità nulla gioua: molto più saria giouevole hauer la casa situata in luogo, che potesse goldere il beneficio di molto aere, cacciando sempre la cattina, & introducendo la buona purgata, e netta.

Habitationi
antiche.
Illy.

Habitatione
fatta
come debba
essere.

Inuentori di
fabbriche.

12 REGOLE DELLA SANITÀ.

ta, qual dalle stanze sgombra li cattui vapori, è per questo bisogna sia euentabile con le finestre grandi lontane dalle Cloache, e luoghi puzzolenti, da fanghi, paludi, acque di stagno, e quanto sarà possibile che habbi, ò almeno sia vicina à qualche bel giardino, e molto meglio sarebbe chi ne potesse hauere tre, ò quattro situate in diuersi luoghi, & habbitarle secondo la varietà delle stagioni.

Aria, e suoi effetti.

L'aria dice Galeno nell'arte del medicare, è molto potente nell'alterar i nostri humori, e distruggere i corpi; perche quando è affetta da qualche mala qualità, ò alterata nella propria sostanza imprime l'istessa mala qualità e vitio ne gl'humori del corpo, i spiriti si generano nel cuore dalla parte più sottile, e pura del sangue, e dall'anima, che per la respiratione si attrahe, quale se sarà buona farà i spiriti buoni sinceri, e puri, e per consequenza tutte le facoltà dell'huomo tanto animali, come naturali, e vitali saranno nell'operare pronte. L'aere è soggetto atto à ricenere tanto le buone, quanto le male qualità, & è agente, che necessariamente imprime nell'huomo le qualità ricenute, perche se s'hà de ricenere è necessario che respiri e tiri à se l'aria, e se quelle sono buone fanno l'aria salutifera, come ne' luoghi alti, & altri quali godono l'istesso beneficio, ne i quali si vedono gl'huomini sani di corpo, & acuti d'ingegno; se sono cattive, come ne' luoghi bassi, e paludosi restano gl'huomini mal sani ne i corpi, tardi nelle operationi, rozzi e grossi d'ingegno; e perche si cangia l'aria secondo che si cangiano le stagioni dell'anno, per questo l'huomo che desidera star sano deue

Spiriti, come si faccino.

L'ecceffiuo freddo guardarsi dalli estremi, cioè dell'ecceffiuo freddo del do, e suoi danni. verno, perche è nemico à nervi, petto, pulmoni, & à tut-

à tutti gl'istrumenti della respiratione. Dal souerchio caldo; perche riscalda il sangue, risolve gli spiriti, rende il corpo debole e come si v'alterando l'aria, così restano con loro grauemente alterati i corpi humani da i putridi e corrotti vapori da lei impressi, come racconta il Buccio nel suo trattato di peste di vno pozzo in Roma, qual lungo tempo era stato rinchiuso, e non haueua più di vn palmo d'acqua, quando fù aperto quell'aria puzzolente, e mal qualificata occise tutti i circostanti, e seconda il parere di molti, quando l'aria è corrotta nella propria sostanza (se ben molti negano, che non si corrompi) gli ucelli cadono à terra morti, conchiudo dunque che per conseruar la sanità, e rissanare l'infermità, è necessario che l'huomo si diffenda dall'aria ambiente, quando è cattiuà, corrotta, ò in fetta da qualche mala qualità, e meglio sarà habitare in luoghi d'aria saluifera, netta, e pura.

L'eccessivo caldo, e suoi danni.

Buccio.

Aria corrotta e suoi danni.

Si deue anco auertire nelli venti, quali hāno gran potere nel generare l'infermità, come dice Aristotile ne i problemi, e non potendo l'huomo senza quelli conseruare la sanità, e rissanare l'infermità, se non è purgato da ventileggieri, e proportionati al suo temperamento, deue guardarsi dal vento Meridionale, qual è caldo, & humido, di sostanza Crasso autore delle putredini, che rende l'vdito debole, la vista caliginosa, il capo grauato, i sensi ottusi, e languidi, humetta le parti, nuoce alle parti articolari, perche muoue le flussioni à quelle, guasta i vini e genera mille mali: saluifero è l'Aquilonare qual è freddo, e secco, consuma, & essicca, caua ogni superflua humidità dona forza à tutte le parti, organiche del corpo, come dice Galeno nel libro de aere, locis,

Venti.

Aristotile.

Vento meridionale, e suoi effetti.

Acquilonare.

14 REGOLE DELLA SANITA.

cis, & aquis, per questo con gran fondamento sogliono i Medici mādar i conualescenti à cangiar aria in luoghi, che sia soave e salutifero.

Purgatione Non sarà fuori di proposito raccordarsi, che l'aria nel tempo di peste, si può purgare con legni odoriferi, ò foglie di essi, come salvia, lauanda, spico, rosmarino, & altri, come ginepri, & in difetto di questi con il frassino, ò quercia, che così insegnano

Hipocrate.

Hipocrate, & altri grauissimi Autori, e con questi si possono purgare le stanze de sani per poterui perseverare. Le stanze dell'infetti non ben purificate con essi, e l'aiuto insieme de profumi di colofonia, pece, e rassa di pino, misli ben insieme da me usati, e gli habitatori di esse mai sentirono vn minimo motto di alteratione, e questa esperienza io la feci in Polonghera l'anno del Signore 1599. Ne i primi anni della mia pratica, & in altri luoghi oue non si purgauano seguitaua la peste, come si prouò in Torino per il mancamento, & inganno di quei falsi barbieri, quali ebbero il castigo, degno della crudeltà loro, quando furono posti trà le tenaglie, e poi sù le rotte, e finalmente squartati.

Peste dell'anno 1599.

Galeno dice, che in tempo di peste ottimo rimedio sarà portare vna fiamma di fuoco in mano, perche ella purgarà tutte le corruzione.

DELL'ESSERCITIO. Cap. II.

Essercitio, & suoi effetti.

Quiete ociosa del corpo, e cōtro la sanità.

L'Essercitio moderato singolarmente gioua alla conseruatione della sanità; Perciò deuē l'huomo quanto sia possibile schiffar l'ocio, & superflua quiete, come inimica della sanità; Percioche si come il ferro si consuma per la ruggine,

REGOLE DELLA SANITA. 15

ruggine, così l'otio consuma, & marcisce il cor- *Essempio del*
 po humano; perche l'otio hebetta il calor na- *ferro, che si cō*
 tural ingrossa gli spiriti, impedisse che non si *suma per la ru*
 faccino le resolutioni delle superfluità, dispone *bigine.*
 gl'humori alla putredine, immuta la buona, & *L'otio, e suoi*
 temperata complessione, & ancora apre la stra- *effetti.*
 da à varie, & diuerse infermità, da quali l'huo-
 mo per l'essercitio ordinario moderato, si può
 totalmente preseruare; Certamente l'essercitio
 preserua li corpi humani da molte infermità,
 & risolue insensibilmente le superfluità d'ogni
 digestion, & rende le dette superfluità più fa-
 cili all'espulsione, per il quale beneficio l'huo-
 mo resta scuso di prender medicamēti purgan- *L'uso de pur-*
 ti, quali la maggior parte sono participi di ma- *gani si fa inuec*
 la qualità, & inuechiscono il corpo. Prohibis- *chir presto.*
 se ancora l'essercitio l'aggregation delle mate-
 rie, che soglion far le repletioni, viuifica il ca-
 lor innato, aiuta la digestion, & rende le par-
 ti del corpo più habili à riceuer il nutrimento,
 come ancora le rende più agili à loro operare.
 Deue dunque l'huomo con ogni studio darsi *Quando si deb*
 all'essercitio lodeuole, con questo però, che nō *ba far l'esser-*
 faccia essercitio, quando il corpo è vacuo, & *citio.*
 famelico, ne tampoco subito, quando lo sto-
 maco è pieno di cibi superflui, ma si deue aspet-
 tar, che il cibo sia disceso alla parte inferiore
 del stomaco. E lodeuole ancora, & vtile l'es-
 sercitio fatto dopò la seconda digestion, la
 quale in alcuni, si fa più presto, in alcuni più
 tardi, & questo secondo la diuersità delle com-
 plessioni, & diuerse qualità de cibi, & si farà
 l'essercitio all'hora più prossima del mangiare,
 procu-

16 REGOLE DELLA SANITA.

*Effercitio del
giuoco della
balla piccola.*

*L'effercitio
rallegra l'ani-
mo.*

*Qual s'è il più
lodato efferci-
tio.*

*Biasma l'esser
citio del scri-
uer.*

procurando prima, che il corpo sia purgato da basso dalle fecie, & dalle superfluità dell'vri-
ne. Io lodo sommamente quei effercitij cele-
brati da Galeno, & quelli si deuono osseruare,
come esso descriue nel libretto *de usu parue pile.*

Quelli dunque effercitij giouano non solo al
corpo, mà etiandio rendono l'animo lieto, per-
ciò come esso dice, molti si sono liberati dal-
l'infermità dell'animo con rallegrarsi, come an-
cora molti, che si son attristati sono incorsi in
quelle. Ancora nell'istesso libro loda Galeno
frà gl'altri effercitij di elegger il temperato gio-
co della balla piccola, & questo dico non che
questo effercitio sia cōgruo all'honestà de Pre-
lati, mà ciò scriuo, accioche essi ancora cono-
scano l'vtilità, che apporta l'effercitio, & an-
cora accioche possano eleggersi più consulta-
mente quell'effercitio, a qual si può estender

l'honestà della religione. Quello adunque è più
lodato effercitio, dal qual segue più proportio-
nal fatica de tutti i membri, nel giuoco della
piccola balla s'effercitano tutte le membra, &
nella loro fatica, vi è vna giustitia pportionata.

Imperochè le gambe, e le braccia s'affatica-
no più che le altre parti, & il capo, schena, pol-
mone, & la mente ancora si moue solatio samē-
te secondo la sua natural essigenza; Perciò la
fatica del scrittore è biasmata, perche la men-
te sola, & il braccio s'affaticano, così tãto man-
ca l'arte della bontà dell'effercitio, quanto in-
egualmente la fatica si distribuiffe trà tutti i
membri. Dopò il predetto modo d'effercitarsi
deue l'huomo secondo che l'occasione s'offe-
ri sce

risce offeruare tanto nell'andare, ò caualcare,
 come andar à caccia mediocrità. Si deue anco- *Essercitio bias-*
 ra contenere da gl'essercitij, per quali l'anneli- *mato.*
 to, e respiratione siano troppo frequentati, ò
 vero che indi ne segua tedio, ò vero, che ap-
 porti à membri danno notabile, per il troppo
 riscaldarsi, si può nondimeno perscuerar fino *Sin à che tem-*
 alla ltrachezza, & lassitudine esclusiuamente, *po si debba u-*
 & se in quel tempo si sentirà sudato, farà bene *sare l'esserci-*
 entrar in vna camera ben chiusa, & in luogo *uo.*
 caldo, & indi subito spogliarsi li panni dal fu-
 dore bagnati, auanti che il corpo sia raffredda- *Sudandosi co-*
 to, insieme farsi legermente con vn pano sot- *me bisognare*
 tile fregare, & absterger dalle superfluità del *gularsi.*
 sudore, & poi subito riuestirsi d'altri panni di
 lino netti, i quali sijno prima scaldati, se sarà
 in tempo freddo. Si deue anco guardar quan- *Come usar si*
 to si può dalla fatica superflua. ne tampoco la *debba ne' tem-*
 sciarsi ingannar dalla giouentù, & dalla robu- *pi freddi.*
 stezza della complessione, col far poco conto *La giouentù,*
 della sanità; perche quanto più l'huomo si ri- *e robustez-*
 troua sano, tanto maggiormente deue procurar *za spesso in-*
 di conseruarsi in sanità, & così facendo tardi *gannano.*
 s'inuechierà l'huomo, & poco s'infermerà, oue-
 ro cascando in qualche infermità con maggior
 forza li resiste: tanto più si auertirà in conser-
 uarsi, venendo qualche occasion emergente *Andando à*
 d'andare à caccia, ò guerra di non faticarsi su- *caccia, che co-*
 perfluamente. Si deue ancora ben auertire, *sa si debba of-*
 che la quiete, e riposo da farsi dopò longa fati- *seruare.*
 ca, che non sia in luogo troppo euentato & ef- *Riposo dopò*
 posto à venti; perche facilmente l'aria penetra *la fatica, co-*
 rebbe per li pori cutanei, nelle intime parti *me farsi deb-*
 B del

del corpo, specialmente sendo l'huomo di rara testura composto.

Pettinarsi, & sue utilità.

Ancora è molto vtile il pettinarsi, & con pãno aspro l'ingermẽte fregarfi il capo ogni giorno, quando sarà leuato dal letto la mattina, lauandosi anco vna volta la settimana la testa à stomaco vacuo, insieme nettarsi, e sugarsi ben i capelli, & la cotiga del capo, perche purifica il ceruello da superflui, & caliginosi vapori, & fa la mente più perspicace. Sarà anco vtile lauarsi i piedi vna volta la settimana alla sera, ò

Lauatione de piedi, quando far si debba.

Lauation per l'inuerno.

Lauation per l'estate.

Vtilità del bagno.

Bagni d'acque termiali nuouono a sanar.

nanti cena, ò vero quando si vâ à letto, essendo digiuno, ouero la mattina fatte che saran le frittioni alla testa, & questo si farà co'l decotto del rosmarino, saluia, di cipero odorato, & altre simil cose, & ciò nel tempo dell'inuerno, nell'estate si farà alle predette hore, più spesso; però con acqua tepida, ò decottione di rose, foglie di myrto, ò di simil cose, & ciò oltra altri beneficij, che apporta facilità assai, & fa più tranquillo il sogno, impedisse i fumi, che ascendono al capo, & li diuertisse dalle parti superiori, alle parti inferiori. Si deue anco auertire di non bagnarsi nelle acque sulfuree, & minerali, saluo li fosse qualche passion, & affetto che le richiedesse, perche è di grandissimo nocumento à corpi sani; percioche il bagno fatto con dette acque debilita la virtù de membri principali, come ancora distrugge l'appetito, & occorrendo qualche occasione, per la quale fosse forzato di entrar in simili acque per lauarsi, auertischi di non bagnarsi il capo, e di non fermarsi troppo in dette acque, ma
sortir

REGOLE DELLA SANITA. 19

sortirauanti che la cotiga diuenti rossa, auer-
tendo anco di non bagnarsi nell'acqua at-
tualmente fredda, & se li occorresse per qual-
che vestigio de sudori, ò per purgar il corpo da
humori vitiosi, e superflui, se ciò sarà nel tem-
po dell'estade, si farà il bagno in vna tina con
acqua tepida, dentro la quale sijno bollite al-
quanto rose, myrto, capiluenere, & altre simi-
li cose: Nell'inuerno sarà bene entrar nelle
stufte non però molto calde, & dopò l'ablutio-
ne, & dettersione delle membra, s'attenderà
à farsi coprir di buoni panni, acciò le parti del
corpo non restino offese dalla frigidità dell'a-
ria. Si deue ancora annotare, che ne' tempi di
pestilenza sono dānosì questi bagni fatti in stuf-
fe, ò altro luogo serrato, perche in questi luo-
ghi caldi, per l'ebullitione del sangue si risoluo-
no facilmente gl'humori, & gli spiriti, & il
contagio de compagni in stanza serrata, e cal-
da facilmente s'appiglia, & specialmente ne'
corpi nudi, & riscaldati; imperoche ad vn sol
soffio d'vn affetto di contagio può infettar tut-
ti gl'altri compagni, sendo che l'aria che l'in-
fettato espira necessariamente viene inspirato
da gl'altri astanti, & indi ne segue contagio à
tutti.

L'vso del bagno non deuer esser fatto subito
dopò l'essercitio, mà si deue far nell'hora, che
lo stomaco non sia dal tutto vacuo, ne ripieno,
saluo che il bagno si facesse per ingrassar il cor-
po, perche in tal caso vogliono i Medici, che
il bagno si vfi dopò il cibo. Percioche il bagno
fatto in tempo, che lo stomaco è digiuno, &
fame-

*Auertimen-
ti nel bagnar-
si nelle predet-
te acque.*

*Bagno d'ac-
qua fredda.*

*Bagno d'ac-
qua dolce nel-
l'estate.*

*Bagno nelle
stufte per l'in-
uerno.*

*Auertimenti
delle stufte ne'
sepi di peste.*

*Bagno, quan-
do si debba fa-
re.*

20 REGOLE DELLA SANITÀ.

famelico, effica, & immagrisse, & quando il corpo è ripieno, se si dimora assai tempo nel bagno ingrassa certo, mà si deue auertire, che chi procura d'ingrassarsi per tal ltrada non cachi facilmente nelle oppillationi, che sogliono incorrer simili corpi satolli, e ripieni per l'vso del bagno, perche dette opillationi sogliono causar molte, e diuerse infermità.

ANNOTATIONI DELL'ESSERCITIO
necessarie al viuer nostro.

Utilità dell'esercizio. **O**gni cosa usata souerchiamente rende danno notabile, come si vede dal superfluo esercizio, il quale se temperatamente vien usato, mantiene il corpo in sanità, & lo libera da molte infermità, & il contrario auiene dall'otio superfluo. L'esercizio dunque, è di grandissima utilità; perche fomenta il calor innato, & il sopito lo sveglia, scaccia le superfluità delle fuligini in noi generate, è bonissimo remedio à prohibir, che non si generi pienezza, chiamata da latini Plethora, rende agile il corpo, corrobora i nerni, & le giunture, apre i pori cutanei, per quali escono le fuligini, & superfluità de spiriti, & del sangue; Dall'esercizio vengono corroborate tutte le facoltà, & particolarmente li sensi tanto interiori, che esteriori, si rendono più pronti nelle loro attioni, la facoltà vitale, si rende più vigorosa, la respiratione, si rende più facile, fà che le parti che seruono alla nutritione, più facilmente facino le loro digestioni. Queste sono le doti, e frutti dell'esercizio fatto temperatamente, & in debito tempo, e luogo. Il contrario suole in noi generar

Danni dell'otio.

nerar l'otio, perche si come l'effercitio dell'animo *L'effercitio dell'animo.*
 nutrice, corrobora, e diletta l'animo, augmenta
 la memoria, rende l'huomo dotto, e atto à gouerni,
 così il contrario fa l'otio; perche fa l'huomo negli-
 gente, pigro, ignorante, smemorato, misero, spor-
 co, trascurato delle cose sue domestiche, inhabile
 alli conseglij, & indegno de gouerni. Il medemo an-
 cora fa il corpo; perche si come il temperato esser- *L'effercitio temperato.*
 citio fa al corpo tutti i beni numerati di sopra: con-
 trarij effetti pario i ce l'otio; perche fa l'huomo vè-
 tricoso, pigro, misero, da poco, debole, e senza ca-
 lore, genera copia di flemma, raffredda, & estin-
 gue il calore innato, riempie il corpo d'escrementi,
 genera apoplezia, mal caduco, otturationi nelle vi-
 scere, gotte, catarri, flussioni: & posso ben dire d'ba-
 uer visto molti, che si sono curati dal mal Francese *Mal France-*
 co'l solo effercitio. A questo effetto Galeno loda il se g-arito con
 giuoco della piccola palla, per essercitar l'animo, & *l'effercitio.*
 il corpo, à questo effetto da molti viene lodato il giuo-
 co della palla con la rachetta; perche l'huomo senza
 gran fatica essercita tutte le parti del corpo.

Altri essercitij sogliono farsi per dilettatione, di *Essercitij loda*
 quali ne fa mentione Cicerone nel libro primo de *si da Cicerone*
 orat. & questi si sogliono far, ò fatigandosi l'huo-
 mo da se stesso solo, ouero con vn compagno, e si fan-
 no con grandissimo desiderio, & emulatione di vin-
 cer' il compagno, come quelli che si faceuano ne' gim-
 nasi, saltando, correndo, ò facendo altro simile
 offercitio, da quali ne seguiva inuidia, odio, e ma-
 ledicenza, e poi il giuoco della lotta, & altri, de qua-
 li fa mentione il Mercuriale nel lib. de arte Gimna-
 stica, come ancora il Ioberto. Ma adesso l'effercitio *Essercitij loda*
 lodato da Medici è l'andare à piedi, canalcare, il giuo- *si da Medici.*

22 REGOLE DELLA SANITA'.

care alla palla piccòla , ouero andar à caccia d'animali , il giuocar d'armi , & questi tali effercitij si deuono fare , sino che la respiratione sij alterata , & il corpo cominci sudare , gioua assai l'effercitio fatto nelle coline diletteuoli , e non quello del mare , che suol esser di gran nocumento , agitando gli spiriti , & gl'humori del corpo . Ancora è lodato l'effercitio , che si fa nel danzare , come dice Luciano nel libro de sal-tibus . Qui restè sciuerè choris decorare Deos hi optimi , & in bello . Come anco quello della caccia ; perche l'huomo s'effercita , & si vā assuefacēdo alle fatiche . La onde nel tempo di guerra può con più facilità sostantare le ingiurie de mali tempi , de' eccessiui caldi , de' eccessiui freddi , leuarsi à bonissima hora , & del mangiare , & del correr , secondo che si appresenta l'occasione , & acuisse l'animo : La onde l'huomo resta più capace , come debba proceder nel tempo di guerra , tanto nell'offender , come nel defender si dall'inimico . Perciò Licurgo legislatore de' Lacedemonij voleua , che li figliuoli s'effercitassero nella caccia ; perche si rendessero più habili , e pronti nelle occasioni di guerra , come recita Xenophon . Il simile dice Strabone nel lib. 10. che i Candioti in fonte . che cosa faceā dicitu voleuano , che i suoi figliuoli nel progresso dell'effercitare soi la loro vita si effercitassero correndo , cacciando , e mangiassero à freddi , e caldi tutta loro giouentù : Molti Imperatori , Rè , & Prencipi si sono delectati di caccie , come scriue Plutarco del gran Alessandro , & Annio Rè : Pompoio vinti i Numidiij andaua à caccia de Leoni , & Elefanti . Gran cacciatori sono stati Mitrdate Rè di Ponto , e Adriano persecutore de' christiani : Carlo Magno Imperator (si come testifica Cuspiano) quando si deliberaua d'andare

REGOLE DELLA SANITA. 23

dare à caccia non guardaua ne caldo, ne freddo, ne
 neue, ne giello, ne aspri, & precipitosi monti, ne' luo-
 ghi spinosi, & difficili: Il simile faceua il Serenif-
 simo Filiberto Duca di Sauoia, alla cui imitatione *Filiberto Du-*
 suol' essercitarsi il Serenissimo Vittorio Amedeo Prẽ- *ca di Sauoia*
 cipe nostro, quale oltre alli essercitij de' study, & al- *chiamato grã*
 tri ne quali fà vedere l'heroico suo valore, non te- *Veneur.*
 mendo, ne gello, ne caldo, ne alcuna ingiuria di tem- *Il Prencipe di*
 po, s'essercita nel cacciare, gli più feroci animali di *Piemonte Vis-*
 q̃sti nostri paesi, e si fà vedere non meno valoroso cac- *torio Amedeo*
 ciatore, di quello che sia stato gli anni passati valo-
 rosissimo gueriero. L'altro essercitio è quello che si
 fà su i carri, e carozze, il quale è buono à valetudi- *Essercitio fat-*
 narij, & à deboli, se sarà fatto con moto non vio- *to su i carri.*
 lento. L'ultimo essercitio è l'arte del nuotare da' *il nuotar è lo*
 Prencipi nostri nel tempo delle state tanto celebra- *dato.*
 to; perche oltre che il saper nuotare caua alle volte
 l'huomo da pericoli graui, e tal volta dalla morte,
 gioua ancora à conseruar la sanità, & restituisse la
 persa. Percioche col refrigerar, & hamettar le par-
 ti gioua à molti infermità, che dependono da con- *Il nuotar è*
 traria temperatura, specialmente à ettici, e malen- *che gioni.*
 colici, à tifici, & à quelli che sono morsicati da ca-
 ni rabbiosi: perciò gli Antichi teneuano tanto conto
 dell'arte del nuotare, che soleuano per prouerbio di-
 re à figliuoli dispersi, e abbandonati. Neque nata-
 re, neque literas didicit: La onde gl' Agrigentini *Agrigentini*
 in gratia di Geleone, che di soldato s'era fatto Re, *gran nuotato-*
 e Capitano grande d'esserciti, fecero vna gran na- *ri Geleone.*
 tatoria, la quale era di circuito sette stadij, e l'acqua
 era di profondità venti cubiti, oue di continuo en-
 trauiano acque de fiumi, & riuoli di fontane; accio-
 che ella fosse limpida, e chiara, era ancora adorna

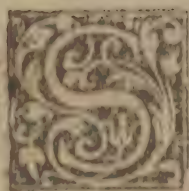
de Cigni, e pesci, come anco si legge nelle historie, che i Romani haueuano le Therme, & altre sorti di bagni; ne' quali soleuano per delitie, e per sanità bagnarsi, anco gli stessi Imperatori Commodo, Antonino frà tutti gl'altri, Cornellio, Sylla, Sergio Crasso, & à tempi nostri in diuerse parti del Mondo sono diuersi bagni tanto giouenoli, e miracolosi, che fanno stupire i più eccellenti Medici. Questi sono gl'essercitij più vsuati, e molti altri ne tralascio,

Essercitio di tre sorti. per non dar tedio alli lettori. Basti solo sapere, che l'essercitio è di tre sorti, cioè violento, vsato da gente di bassa conditione, mediocre, vsato da Nobili, & debole, vsato da deboli, valetudinarij, e conualescenti: Auertendo, che se l'huomo non potrà vsar

Essercitio secondo, che con corrono gl'huori alle parti. l'essercitio, in cambio potrà vsar le fricationi secondo il consiglio del Medico: Auertendo ancora se gli humori rapiscono le parti superiori, all'hora l'huomo deue essercitar le parti inferiori, & se gli humori descenderanno alle parti inferiori, e saranno offese, come da tumori edematosi, essercitaransi le parti superiori, come al tirar del pallo, & simili.

DEE VEGGIARE, E DORMIRE Cap. III.

Quiete proportionata al moto.



I come è cosa ottima per la conseruatione della sanità vna quiete proportionata al moto, & essercitio del corpo humano, così ancora deue esser proportionato il sonno con le vigilie; percioche il sonno è simile alla quiete, e le vigilie sono simili alli muouimenti, e benchè l'huomo alternatiuamente hor dormi, hor vegli:

Sonno proportionato alle vigilie.

gli : nondimeno l'Altissimo Iddio hà creato l'huomo più presto per vegghiare, che per dormire, per il buon fine della generatione humana, e p' l'operationi, quali si fano col studio nelle vigilie. La onde dicono li Filosophi, che la vigilie è vna dispositione de viuenti, con la quale il calor naturale si spande alle cose esteriori, e gl'animali spiriti si diffondono, à gl'instromenti del senso, e moto; accioche seruanò all'vso delle operationi : Mà se ben l'huomo sia più tosto creato per vegghiare, che per dormire: nondimeno non si può anco viuere longo tempo nelle superflue vigilie, ne tampoco dopo il longo vso di esser l'huomo è atto ad alcuna operatione. Perciò deuesi l'huomo guardare dalle superflue vigilie; imperoche sogliono abbattere le forze, impediscono la digestione, risoluono il calor naturale, & gli spiriti, debilitano il vedere, essicano il ceruello, conturbano la ragione, essicano tuto il corpo, & lo dispongono à varie infermità, per questo fù necessario l'interuento del sonno, mà moderato, qual restaura gli spiriti risoluti dalle lunghe vigilie, vigora il calore innato, rimoue la stanchezza, tanto della fatica, come della vigilie indotta, fa tutte le operationi naturali più forti, come narra Aristotile nel libro. *De sonno, & vigilie*, nel sonno l'operatione della virtù nutritiua si compisce, & si fa perfetta, e perciò gl'Antichi soleuano mangiar più la sera, che la mattina, per esser la cena più propinqua alla notte, nella quale per rispetto del sonno si celebra più perfettamente la digestione. Parimente si

Dio hà creato l'huomo più tosto per vegghiare, che per dormire.

Non si può uer sēpre vegghiando.

Vigilie superflue biasmate.

Sonno moderato, à che giunsi.

Aristotile.

Gl'Antichi mangiauano più la sera che la mattina.

*Dormire trop-
po à che noci.*

*Sonno ferma
sulle le eu-
acuazioni, sal-
uo il sudore.*

*Sudar nel tè-
po che si dor-
me, da che è
causato.*

*Sudar causato
da superfluità
de cibi.*

*Come debba
esser il sonno p
conseruarsi sa-
no.*

*Quante hore
si conceda per
il dormire.*

*Biasma il dor-
mir dopò il pa-
sto.*

*Regola dopò
hauere man-
giato.*

te si deue l'huomo guardare dal superfluo dor-
mire; perche sendo superfluo, graua il corpo,
snerua le virtù motiue, e sensitiue, prosterina
l'appetito, graua il capo, finalmente prepara
il corpo à molte infermità fredde, e catarrali,
e se ben il sonno aiuti la digestione: nondime-
no prohibisse la resolutione delle superfluità, la
qual si fa nelle vigilie, per esser che il sonno si-
ste tutte le euacuazioni, saluo il sudore: occor-
rendo dunque tal volta, che nel sonno si su-
dasse, all'hora potrà prender consiglio dal Me-
dico, specialmente se il sudore si prorompesse
senza causa manifesta; perche tal volta vien
causato da superflui cibi, quali non può la na-
tura superarli: All'hora è di necessità l'euacua-
tione; accioche non si prepari qualche infer-
mità: Per conseruatione dunque della sanità
deue esser il sonno ordinato, e temperato, &
proportionato con le vigilie, la qual propor-
tione s'estende alla terza, ò quarta parte del no-
stro tempo. Trà il giorno naturale di venti-
quattro hore si può conceder il sonno di sei, ò
sette hore, secòdo le complessioni, & vegghiar
il restante, che sono hore 17. Guardar si deue
ancora di non dormire subito mangiato; per-
cioche graua la testa, il stomaco, multiplica il
catarro, e spesso fa riuoltar hor d'un canto, hor
dall'altro per il letto, e la profondità del sonno
si interrompe, e la digestione s'impedisce. An-
cora è buono, che incontìnente dopò hauer tol-
to il cibo, che non si stia co'l capo, e dorso in-
chinato: mà star quasi sedendo, e quasi dritto,
ouero andar lentamente senza fatica, per fin à
tanto

tanto che la prima digestione sia celebrata, ò
 che il cibo sij disceso dallo stomaco al ventre,
 in modo, che trà il cibo, & il sonno interuen-
 ghi la distanza di due hore: In quelle hore è lo-
 dabile cosa il guardarsi dalla occupatione del-
 la mente; perche in quelle tali meditationi il
 calor naturale si destrahe, & si rimoue dalla di-
 gestione, & il ceruello, qual'è organo della vir-
 tù cogitativa s'affatica, & facilmente si riscalda,
 e se rende più facile à riceuer i vapori, & le ma-
 terie catarrali. Deue adunque quel poco tem-
 po, che farà cosa più laudeuole, & più sana, oc-
 cuparlo in cose di piacere, & solazzarsi ragione-
 uolmente. Si deue ancora guardarsi dal non
 dormir di giorno, qual'è biasmato da tutti gli
 Auttori; che debilita l'appetito, multiplica le
 humidità catarrali, corrompe il buon colore,
 induce tutto il corpo à souerchia pigrizia. Ma
 se à caso tal sonno diurno fosse di consuetudi-
 ne antica, elonga, si potrà conceder per tutta
 l'estate, quando i giorni sono grandi, all'hora
 si può dormire nel mezzo di vn'hora, la quale
 hora deue poi essere compensata col vegghiare
 altro tanto la sera. Non è ancor buono il dor-
 mire sù le piume, ne in luoghi douel'huomo
 possi riscaldarsi troppo il corpo. Il luogo oppor-
 tuno per dormirui in tal tempo, deue esser es-
 posto in luogo alquanto fresco, iui ancora bi-
 sogna, che vi sian sparsel'herbe refrigeranti di
 soua nominate, & che siano fresche: si deue
 ancor dormir spogliato, ò almeno disbotona-
 to inanti il giuppone, & discalciato ancora i
 piedi, & le gambe; perche così dormendo nuo-

*Non si deue
 far negotij che
 disturbino la
 digestione.*

*Occupationi
 dopò il pasto.*

*Dormir di
 giorno biasma-
 to.
 Danni, che ap-
 porta.*

*Quãdo si può
 conceder.*

*Biasma il dor-
 mir su le piume.*

*stanza per
 dormirui l'e-
 state.*

*Come biso-
 gna
 dormir l'esta-
 te.*

ce meno; perciocche il dormire con vestimenti stretti, e serrati, & ancora calciato impedisse l'evaporatione, la quale per la callidità del giorno se faria nel sogno; Anzi riflette i fumi alle parti inferiori, li quali alcuna volta inducono grauezza di testa, & delli membri, & impediscono la digestione, & inquiettano il sonno.

Dopò longa fame, nō dormir bisogna.

Ancora è pessima cosa il dormire dopò vna longa fame, & con il stomaco digiuno; Conciosia che non così bene si ristorano gli spiriti risolti per il lungo vegghiare, abbrevia ancor la vita; perche il calore, & gli spiriti, che per il sonno abbandonando le parti estreme, si rinchiudono alle parti interiori, & così nella loro virtù attiuata, per la lor maggior vnione sono più intensi, & si vigorano non ritrouando nutrimento, nel quale possino operar le loro attioni, conuerteno all'humido radicale la loro attione, & essendo esso cibo dell'innato calore, risoluendolo più che non si conuiene, & rendendolo più terrestre dà occasione di abbreviar più tosto la vita. Il sonno, che dourà eleggerfi per il migliore è il notturno; perche per la dispositione del tempo, per il tranquillo silenzio, per l'oscurità, & frigidità dell'aria, molte buone bontà in seritiene; quali lascio,

Elettione del sonno.

Sonno interrotto, che danni apporti.

& intermetto di narrare. Quello sonno ch'è profondo, mentre che non è escitato, non deue esser interrotto d'alcuno strepito, & occorrendo, che si interrompesse è cosa molto nociva; perche fa cessare la digestione, & discontinua la attione nel nutrimento.

Il miglior modo di collocar-

Il miglior modo, & la miglior figura per giacer

REGOLE DELLA SANITA. 29

cer nel letto, quando si vuol dormire, sendo la *si per dormi-*
virtù digestiua del stomaco languida, si deue *re.*
primieramente vn poco dormire sopra il vêtre,
& il stomaco, abbracciare vn piumazolo molle-
fino sotto al stomaco, & specialmente ciò si
deue offeruare, quando si hà mangiato cose
difficili al digerirsi. Suole ancora tal colloca-
tione far nella digestion giouamento gran-
dissimo; perche vigora il calor naturale, & nō *Giosamenti*
permette, che si generi tanta flegma nel stoma- *del dormire,*
co. Auertirassi ancora, che il piumazolo quā- *quando s'è ben*
to mai sij possibile non si accosti troppo dalla *collocato.*
banda destra della regione del fegato; acciò nō *Auertimento*
si venghi a riscaldar troppo. Quādo pur si vo- *del piumazo-*
glia collocarsi in altro modo, conuiene prima, *lo.*
che il primo sonno sij fatto su'l lato destro, e *Che cosa si deb*
poi voltar se su'l lato manco, & indi il riposo *ba fare collo-*
deue sempre finir su'l canto destro. Ancora si *candosi in al-*
deue auertire di non dormire co'l corpo supi- *tro modo.*
no, cioè in sù, cioè su la schena; percioche di- *Biasmo del*
spone il corpo a varie, e diuerse infermità catar- *dormir supi-*
rali, & humide; percioche le superfluità de *no.*
gl'humori, che douriano correr per gli propri
canalli, come per il pallato, narici, & altri si-
mili, passano, & si deriuano alla parte postero-
re del ceruello, & riempie l'instromento, oue
resiede la memoria, & radice de nerui motiui,
& l'impedisce, & ottura, che indi non posso-
no fare le loro attioni libere; oltre di ciò impe-
disce il dormir supino l'inspiratione dell'aria,
insieme ancora li vapori fumosi, che dalle par-
ti inferiori tē dono, & vanno al mezzo della te-
sta, come il camino di tutto il corpo: si reflet-
tono,

30 REGOLE DELLA SANITA.

Come si debba dormire.

tono, & riuoltano alle parti anteriori del cervello, il qual stà di sopra, essendo in simil stato collocato, & detti vapori, quando si conuertono in humidità, & non hanno la dritta via per discendere, sogliono apportare grandissimo danno, & impedimento ancora a esse parti. Per schiuar questi inconuenienti, si deue dormire co'l capo elleuato, & proportionalmente ancora il petto, & tutte le parti superiori, & della schiena insieme. Deue ancora esser l'huomo coperto di panni in maggior copia, che quando si vegghia; perche nel dormire il calor naturale, & i spiriti si ritraheno alle parti intrinseche, & l'estreme rimangono im-

*Essendo alla guerra, che co-
sa si deue schi-
uar nel dormi-
re.*

ta pouerite di calore. Occorrendo ancor tal' volta ritrouarsi nelli esserciti ne' campi, si deue grandemente guardar se trà l'altre cose, che alcun raggio della Luna non spirasse, ò penetras-

*Luna è suoi
raggi comeno
ceno.*

se per qualche finestra, ò per qualche spiraglio, perciò procurar si deue in ogni modo, che non vi ritroui, ò che doni adosso dormendo: specialmente ferendo, ò percotendo il capo; imperoche genera rehumata, dissolue gli humori freddi, fa indurar il creato, ò scarcaglio del sangue; percioche dormendo la oue pene-

*Esser meglio
dormir fuori
di casa, che de-
stro a i resti
de' raggi lu-
narij.*

tra il raggio della Luna, per finestra, ò spiraglio, fa assai peggio, & è assai più nociuo, che il dormire fuori di casa alla scoperta, doue la Luna circondasse, ò verò irradiasse tutto il corpo; percioche il raggio intratto per il spiraglio, ò

*Lume per se
stesso esser ca-
lesfissimo.*

per finestra con tutto il suo influsso, è humefattiuo, & infrigidatiuo, & non con tanto lume, come il dormire alla scoperta; perche il
lume

REGOLE DELLA SANITA. 31

lume come vogliono i Filosofi, è da per se stesso calefattiuo, auenga Iddio che per accidente si possa raffreddarsi, mentre che si veste delle virtù de freddi pianetti, & perciò in campagna all'apperta vi è maggior copia de lumi, quali son freno della virtù refrigeratiua; per questa cagione Aristotile cercaua ne' suoi problemi, *Aristotile.* perche le notti, che han plenilunio sono più calde dell'altre.

ANNOTATIONI.

TVite le cose, che sono necessarie al viuer nostro, Si ricerca la chiamate de Medici non naturali, deueno esser mediocrità in usate con debito mezzo, modo, e misura: altrimē ogni cosa. ti sogliono abbreviar la vita nostra, causando diuerse infermità, la onde si come il sonno debitamente usato suol generar in noi varij, & buoni effetti, il contrario produce se sarà usato souerchiamente, & il simile le vigilie. Genera adunque in noi il sonno moderato quiete, & tranquillità dell'animo, curando insieme molti affetti di essa, la onde ben disse Ouidio:

Del sonno, e suoi effetti. Ouidio.

Somne quies rerum, placidissime Somne Deorum.

Pax animi, quem cura fugit, tu pectora duris. Fessa ministerijs mulces, reparasque labori.

Corroboras, & restaura le forze deboli, aiuta alla digestion, e concottione de gl'alimenti, digerisse gl'humori crudi, restaura i membri sneruati, languidi, e deboli; impedisse ogni sorte di defussione, la onde i Medici lo procurano nelle flussioni, & dolori grandi, restaura l'humido radicale, & il calor natu-

naturale ; perciò è chiamato da molti . Refrige-
 rium , & solamen spiritum , omniumque corpo-
 rum , ægrotorum morbidorumque . Del che ne
 Paulo Aegi- fa menzione Paulo Aegineta nel lib. de remedijs
 neta . cap. de somno . Nam & cibos concoquit , &
 dolorem mitigat , lassitudinesque lenit , & di-
 stentorum laxitatem efficit : sed & animalium
 affectionum obliuionem inducere potest , &
 emotam mentis actionem corrigere , &c. La
 onde non è dubio alcuno esser dato all'huomo il sonno
 per quiete d'esso , come nel Genesi al capit. 2. si
 legge ; perciò hà dato occasione à Gentili di annume-
 var il sonno nel numero de Dei: Hesiodo lo chiama
 chiami il son- figlio della notte. Ouidio nella Metamorfosi, l'hà ban-
 no . dito à Cimeri , & popoli di Scitbia , perche quei po-
 Onidio. poli, per la frigidità dell'aria , per esser regione fred-
 dissima glaciale , & tenebrosa il tempo dell'inuer-
 Scythi, & ha- no, la notte congelata, e per il più gl'huomini consu-
 bitatori del- mano il loro tempo in dormire , come ancora soglio-
 l'Alpi dormo no far à noi , questi , che habitano la sommità del-
 no assai. l'Alpi, quali consumano quasi tutto l'inuerno in dor-
 Queiras vale mire, e specialmente quei che habitano nella vale di
 nell'Alpi del Delfinato . Queiras in Delfinato: Quanto al dormire di giorno,
 si deue annotar se l'huomo è assuefatto può libera-
 Nell'estate si mente dormir di giorno , nell'estate, massime chi non
 può cōceder il ha potuto dormire di notte , chi hà lo stomaco debole,
 dormir di gior e la digestion tarda , ò vero chi per longa infermità,
 no. A chi ò neces- ò essercitio , ò per altra occasione hà i membri lassi :
 sario il dor- à questi se li concede il riposare , assentati su vna
 mir di giorno. chadrega, con il capo eleuato , per spatio d'vn' hora
 Come debba dormire . dopo il pranzo . Deuono anco auerire quei i quali
 Humidi di cer- son tanto humidi di natura , & han il cervello nuuo-
 nello . lofo , che dà, e notte vorriano mai far aliro, che dor-
 mire ,

mire; à tali se li debbe prohibir il sonno tanto di giorno, come di notte, & concederli tanto spacio per il dormire, quanto basti per la digestione, & recreatione de' spiriti, & questo basti quanto al sonno.

Le vigilie sempre sono state estimate da gran *Vigilie esti-*
 Prencipi, & sono da Filosofi più celebrate che'l *mate da Pren-*
 sonno; perciò le sue lodi conuiene solo à essi, come re- *cipi.*
 cita Homero nel 10. dell' illiade. Turpe duci totam *Homero.*
 somno consumere noctem; perciò Artaxerse cō-
 sumaua quasi tutta la notte nel scriuer li suoi Cōmē-
 tarij, come ancora Epaminonda capo de Thebani, & *Epaminonda*
 gran Prencipe, (come scriuono Celio, & il Querceta- *filosofo.*
 no) il quale non dormiuà se non quel tanto, che li pa- *Celio il Quer-*
 rea sufficiente, per evitare il danno che all' habito li *cerano.*
 portauan le troppe vigilie, & era solito auertir, che
 si douessero gl'huomini leuar di notte; per attender
 alle cose, tanto publiche, come priuate. Disse ancor
 Diogene Laertio nella vita di Aristotile, che detto *Diogene.*
 Filosofo per evitare il danno della sonuolenza solea *Laertio nella*
 immitar le Grue, e tener vna balla in mano, & di *vita d'Aristo-*
 sotto vn vaso di Rame, accioche cascando dal rumo- *tile.*
 re si potesse svegliare. Mā che dobbiamo andar cer-
 cando ne Prencipi, ne Filosofi, mā solo considerar
 la felice vita del serenissimo Carlo Emanuel X. Du- *Carlo Ema-*
 ca di Sauoia, il qual non solo i giorni, mā le notti *nuel Duca di*
 intiere consuma il tempo in negotij publici, & priua- *Sauoia.*
 ti: come ancora in Studi d'Historia di filosofia mo-
 rale, negotij militari, come s'è veduto nelle guerre
 fatte con Geneurini, Bernesi, Francesi, Monserri-
 ni, & ultimamente con Spagnuoli, & gouerno de
 suoi stati, & hā il sonno limitato, che se non in vr-
 gente necessitā, mai passa le sue cinque hore del dor-
 mire, ne mai ciba il corpo, che non si senta lo stoma-

34 REGOLE DELLA SANITA'.

co vacuo, e perciò grande marauiglia se all'improuiso risponde à ogni propositione fattagli; perche dalle moderate vigilie seguono queste doti. Prima aiutano la distributione de spiriti à tutte le parti del corpo, discacciano ogni stupidetza, e torpore de' sensi, *A che giouano le vigilie.* & fanno che tutte le facultà del corpo; cioè naturali, vitali, & animali più prontamente facciano le loro operationi: di più dal loro beneficio, la digestione si rende più perfetta, & le superfluità, & escrementi del corpo, come abhomineuoli più efficacemēte vengono scacciate: e chi desidera di veder più altamente gl'effetti delle vigilie, legga Oribasio nel lib. 6. c. 6. de suoi Collettanei, All'incōtro le vigilie superflue tanto delle cause interne, come esterne sogliono subito immutar il nostro temperamento, im- *Il color del volto, & im-* palidire il color del volto, immagrire il corpo, affondare gli occhi, far l'aspetto malenconico, e pietoso, *magrir il corpo.* la fronte, e la faccia tutta piena di rughe auanti tempo, & le facultà naturali rouinate; & perciò da questo vitio si fa mala, & peruersa digestione, si generano in copia crudi, & maligni humori: porta grandissima lesione à spiriti, animali, vitali, per il concorso de vapori, che ascendono à quelle parti: la onde corrotta, e vitiata la temperatura del ceruello, de' sensi tanto interni, come esterni, si partono dalla naturale, e insita operatione loro, ò vero le loro attioni restano più delle volte deprauate. & si minuiscono da suoi effetti, sogliono scaldar gli humori, & i spiriti, & indi infiammati generar ogni sorte di febri coleriche, ardenti, & infermità secche nel ceruello, come frenesie, smania, e dellirij; deue l'huomo perciò quanto sia possibile schifarsi delle superflue vigilie.

IN

IN QVAL TEMPO L'HVOMO SI
debba purgarſe, & tratta de gl'eſcretti, &
retenti. Cap. 1V.



Impediſcela conſeruatione della ſa-
nità l'euacuar, quel che la natura
deue in ſe r. tenere; & ritener quel
che ſi deue purgarſi, e ne' paefi no-
itri non li ritroua mai corpo tanto temperato,
che non habbi biſogno d'eſſer aiutato de' me-
dicamenti: però li noſtri corpi deono eſſer cu-
rati almeno vna volta l'anno, ſpecialmente
quelli i quali ſon uſi à viuere delicatamente,
& di non fatigarſe mai: perciò l'huomo circa
al mezzo della Primavera, deue purgarſi con
ſiroppi, & lingiere potioni; per il che deue l'huo-
mo in quel tempo conſigliarſi da qualche peri-
to Medico, il quale principalmente attendi al-
le parti naturali, & nobili, come ancor alla
cauſa materiale, ventofità, al temperamento
di tutto il corpo, & alla diſtemperanza delle
parti, & ſpecialmēte à quella dello ſtomaco, &
fegato. Informando ſempre il Medico del ſta-
to del ſuo corpo, ſe è delicato, ò gagliardo di
natura, & della proprietà dell'aria compleſſio-
nale, doue l'huomo s'è nutrito, e ſe il corpo è
facile, ò difficile à euacuarſi con le medicine
deboli, ò forti, & ſe frà tanto il corpo foſſe iti-
tico dourà in queſto mezzo procurar d'hauer
vna, ò due volte il giorno il beneficio del cor-
po, & ſe ciò non conſeguirà dalla natura, bi-
ſogna ſoccorerla con l'arte, & ciò ſi farà con

*L'euacuar, co-
me il ritener
quel che non
conuiene eſſer
molto nociuo.
Il purgarſi
vna volta l'an-
no.*

*E buono pur-
garſi nel mez-
zo della pri-
mauera.*

*Si deue ſem-
pre conſeglar
co'l perito Me-
dico.*

*Oſſeruazioni
nel purgarſi.*

*Nella ſtiri-
chezza del co-
rpo, che coſa ſi
debba fare.*

36 REGOLE DELLA SANITA.

suppositori, ò clysteri lenienti, fatti con decoctione commune: mà se vi fossero rugiti di ventre; causati da ventosità, bisognerà attender à essa, aggiogendoui anisi, ò grana di finocchio, fiori di camomilla, & cose simili, aggiogendoui mezz'onza di benedetta semplice: ò vero vno più forte fatto con l'olio di ruda, e cose si-

Pilole di specie sono l'alephangine di Mesue. Loda le pilole predette, & dichiara le sue virtù.

mili, ouero riceuer tre, ò cinque pilole di specie, dette alephangine, secondo il bisogno, ò da mattina, ò da sera, vna volta, ò due la settimana: perciò che sono di poca solutione, per esser debolissime, & non hanno di bisogno di guardia, & sono di molte virtù, & approuate, come dalli nostri auctori son lodate. Sono ancora buone al dolore, & grauezza dello stomaco, procedendo da flegma: sono di grandissimo giouamento nel mondificar il ceruello, & lo stomaco, dalli humori grossi, & putridi: ancora sono resistenti al catarro, & conferiscono à tutti l'instrumenti delli sentimenti, & confortano la virtù digestiua, la cui descrizione per la sua prolissità, & longhezza non le hò messe qui, mà si cercheranno nel libro chiamato Mesue, doue descriue la ricetta delle pilole elefangine, che queste pillole sono attissime alle dette indispositioni, come ancora conferiscono alla calidità del fegato, apprendo, & corroborando, e leuando la sua oppillatione. Et se à caso l'huomo si sentisse debolezza nella digestion dello stomaco, sia portato vn cerotto ioua il stomaco di semplice mastigo, qual si fa della sola sua poluere, sciolta nel stagno, la quantità d'vn'onza di poluer d'esso, con tre goccie

Cerotto per il stomaco.

goccie solamente d'oglio di detto mastigo, ponendolo soua al fuoco lento, sin'à tanto che diuenti liquido, e all'hora subito inanti che s'induri, sij sparso soua vn corame alla forma d'vn scudo, & subito sij collocato soua il stomaco.

Questo cerotto così senz'altra ligatura s'accosta al petto, in modo tale, che par che sij incollato soua, & il portarlo non è fastidioso, ne meno altera lo stomaco ad alcuna qualità: mà solamēte lo conforta nella sua digestione: Ancora vna delle migliori confettioni per confortar la digestione, & per giouar allo stomaco e l'vso dell'infraferitto, & è di mirabil giouamento al ceruello, allo stomaco, al fegato, alla milza, & conforta la loro digestiua facoltà. E à quelli che son disposti à feбри catarrali, alli dolori delle gionture, de' nerui, alli dolori del ventre, all'hemoroidi presta mirabile aiuto: fa buono l'odorato della boca, rende il colore, & forma chiara, rimoue la tristezza, & propriamente quella che non si sà la sua radice, mette freno alli humori melancolici, conforta il cuore, fa liberi i spiriti, & gli assotiglia, allegra l'anima, induce buoua memoria, prepara l'huomo à buoni costumi, rende i corpi più forti per resister contro veneni; Questa compositione l'han'vsata molto gli Rè Antichi, e questa discriptione, e tale. Piglia rose rosse, di tutti tre i sandali, di ciascuno drame tre, scrupul vno, mastiche, macis, galanga, peuer longo, doronico, noce moscata, garofani, cianamomo, assaro, zenzero, spica, zafrano, zedo-

*Confessione
utile per il
stomaco, & utile
per conseruar
la sanita.*

C 3 ria,

38 REGOLE DELLA SANITA.

ria , cubebe ana drama vna , coralli rossi , & bianchi , margarite non perforate , fragmenti di zafiro , hyacinto , smaragdo , sardonio , ossa del cuore di ceruo , limatura d'auorio , limatura d'oro , limatura d'argento ana scrupoli 2. rhabbarbaro , mirabolani citrini , chebuli , indi ò fian negri , epithymo , pietra lazuli secondo l'arte lauata , e preparata ana dr. ss. di zuccaro bianco lib. ij. ss. si purifica il zuccaro co'l succo di borragine , di buglosa , di melissa di ciascuna onze tre , & se ne fa lattuario : & se l'odor del muschio sarà grato , si giungerà di muschio grani tre , scorze di cedro , somenza di cedro , ben bianco , e rosso , legno aloë , menta secca di ciascuno dramma vna , & mezza . Di questa confettione se ne può pigliare tre , ò quattro volte al mese , nel spantar del Sole , & sia alla quantità d'un cugiaro , con vn poco di vin puro , & al manco si deue star digiuno appresso tre hore dopò hauer pigliata la detta confettione , prima che si mangi . Ancora l'uso della theriaca nell'inuerno , & del mitridato nell'estate , è molto lodato dalli nostri auctori , per la cōseruatione della sanità . Ancora nõ si deue subito correr alla flobotomia , ne tampoco esser pronto à essa , se non la necessitã vi sforzi , ò la consuetudine lo permetti . Adunque douemo con grandissimo studio , e diligenza guardarci di conseruar il sangue , qual è thesoro della natura , perche auenga Dio , che quando il sangue pecca , non sia migliore euacuatione , che la flobotomia , nientedimeno quando ancora in quello non v'è peccato , non si fa maggior

*Quantità di
dello lattuario*

*L'uso della
theriaca , &
del mitridato.
V'si della sa-
guia.*

errore

errore, che flebotomarsi, ò salafarsi: e se per forte occorresse, che l'huomo hauesse flusso di sangue al naso, ò vero d'hemoroidi, ò vero flusso di ventre, non deuono esser ristretti senza consiglio del prudente Medico; perche il corpo da tal euacuationi non troppo gagliarde, si perferua da grandi, & varie infermità: oltre di ciò soffrire vna gran fame, e longha, ò vero esser ripieno di beuer vino, & mangiare di più, che non si conuiene, prepara il corpo a varij, & diuersi morbi. Il cibo, & il beuer non deueno in modo alcuno essere riceuti se prima non vienel'appetito del beuer, e mangiare, e sel'appetito non verrà all'hora solita, e segno manifesto, che il cibo preasunto, e stato più che non conueniua nello stomaco, ò vero che gl'è qualche difetto nella sanità; perciò si deue grandemente attendere, e con grandissima diligenza di non lasciarsi incorrer nel fastidio dello stomaco. Al fastidio dunque dello stomaco succedono diuersi mali, & varie, e diuerse infermità, perche à nostri corpi per la continua actione del circostante aria, con l'influsso celeste, & action del calor innato; succede continua resolutione dell'humido sostantifico, la onde le membra, si consumano, & richiedono il mangiare per la restauratione della perditione, e consumptione dell'humidità; perche attrahe da gli corpi, ò sij estremità delle vene, & suga il sangue dalla vena del fegato, & il chilo, cioè il cibo digesto nel stomacolo, il quale successiuamente per le vene del mesenterio vā al fegato, & per la suttione fatta da esse parti, si genera indi

Nel flusso di sangue del naso, & dall'hemoroidi, che cosa se debba fare.

Soffrir l'inedia, e biasmato. Crapula biasmata.

Quando se debba mangiare, e beuere.

Quando non viene l'appetito all'hora solita, che cosa significhi.

Fastidio dello stomaco cagion di molti mali.

40 REGOLE DELLA SANITA.

Fame come si la fame nella bocca superior dello stomaco. In generi.

Senza l'appetito non si deue mangiare, che cosa causi. ciafcuno dunque sano corpo viuendo con regola ordinata, & debito regimento all'hore sue determinate, gli viene la vera, & legitima fame, inanti la quale l'huomo non deue mangiare; perche mangiando senza appetito, il cibo

si rende abhominuole, e genera fastidio nello stomaco, & rugiti, & si moltiplicano le ventosità, ne tanpoco può il fegato buon sangue, ne tanpoco gl'altri membri pono riceuer buon nutrimento, e operar bene in esso, se il

L'error della prima digestione non può emendarfi nella seconda.

cibo sarà mal digesto nello stomaco; imo che nessun vizio della prima digestione, può esser corretto nella seconda digestione; perche il vizio posteriore non può correggerl'antioriore;

Hipocrate. Alcuna volta esser meglor il cattiuo cibo, che il buono.

per la qual cosa Hypocrate vuole, che d'un cattiuo cibo, e d'una cattiuu beuanda, pigliato con appetito sij atto à generar più lodeuoli humori, che vn cibo migliore pigliato senza appetito; perche quel che si piglia con diletatione, lo stomaco con esso, se ne prende piacere, con vna naturale ansietà; per ilche più tosto, & con più perfetto modo si digerisse: si deue ancora auertire, che mangiando con vn grandissimo desiderio, o sij appetito dello stomaco, non

Hauendo buon appetito non si deue trangiorir il cibo ingordamente.

si faccia furtiuu degluttione, inanti la perfetta masticatione; perciò non douemo mangiare con grande voracità; imperoche il cibo per la masticatione riceue alcuna particella della digestione, e l'error d'essa masticatione non può

Cibo mal mastigato, e suoi danni.

esser ben corretta dallo stomaco, & indi non può per consequenza perfettionarsi nella posterior virtù, la onde s'offende grandemente l'operatione

REGOLE DELLA SANITA. 41

tione dell'altre virtù posteriori, & della vita in-
 sieme : la ragion di questo la porta Aristotile *Arist. ne i pro-
 ne' suoi problemi, doue ricerca ; perche son di blemi perche
 più breue vita quei ch'hāno i denti rari: mà ef- causa, chi ha
 so intese de' denti masselari . Si deue ancora i denti rari sū
 guardarsi dalla supflua repletione dello stomaco di più breue
 co; perche molti sono, che con le loro crapu- Crapula quan-
 le, e gran mangiare sono homicidi di lor istef- to danno ap-
 si, & perciò non dobbiamo mangiare à saturi- porii.
 tà; mà sempre dobbiamo conseruarnella fine
 qualche reliquia della fame: & così l'huomo
 deue starsene fin'all'altra hora competente:
 Non è cosa ancora, che generi più repletione *Varietà de ci-
 al stomaco, & induca crapula, comel'hauer in bi à vn'essa
 tanola diuersità de cibi, veramente la moltitu- taucela, e snò
 dine, ne tira alla crapula, per l'auenimento de danni.
 noui, e varij sapori, & per la preparatione de
 noue viuande, & varie; Imperoche stando la *Diuersità de
 facietà del primo, e sofficiente cibo, si rinoua sapori genera
 più fresco l'appetito; per ilche molto ne piglia crapula.
 più lo stomaco, che non fa bisogno; per ilche
 non lo può digerire, & tanto più è cattiuu la
 repletione dello stomaco: quāto più è stata mol-
 tiplicata l'assontione di varie viuande; perche *Repletion d
 gran nocumento s'apporta per la permistion varietà di vi-
 del cibo di difficile digestione, con il cibo di uande nocina.
 facile concotione, come più ampiamente si ve-
 drà nel cap. del mangiar, & bere. Noi malamē-
 te vsiamo in questa vltima Epicurea, & dette- *Epicurea età;
 rior età nostra, certi sapori non perche siano
 stati ritrouati diuersi alettamenti d'essi, per più
 mangiare; mà solo per mangiar con più inten-
 to, & appetito grande. Se vi occorresse qual-
 che*****

*Osservationi
p chi è ripie-
no.*

*Digiunando
non si deve dis-
ferir il disna-
re.*

*Perche passata
l'ora del dis-
nare, si perde
l'appetito.*

*La cena parca
è miglior, che
il disnar.*

che superflua repletion del beuer, & del man-
giar, e si deve dormire più longamēte, & è co-
sa assai migliore di fare astinenza del seguente
pasto; accioche la precedente crapula sij com-
pensata con la seguente sobrietà, & occorren-
do di digiunare nō sij mai diferto il disnare do-
pò il mezzo giorno; perche soffrendo longa
fame, si riempie lo stomaco di molti mali, &
superflui humori; perche succhiando le mem-
bra il nutrimento per cagion dell'intensa, &
grande fame, e non venendo cibo estrinseco;
la natura si sforza con ogni studio di rimouer
quella trilta sensatione, per soccorrere adunque
māda gli mali humori allo stomaco, con i quali
esso si dà appiacere, & indi cessa la fame sin'al-
l'ora dell'altro cibo, se pur non s'interrompe;
per la qual cosa sogliono dir i digiunanti non
esserli difficile, ne tanpoco rincrescerli il di-
giuno, se non in quell'ora, che sogliono mā-
giare, & che passata l'ora del disnare non han
più fame, & patiscono indi il digiuno senza
molestia alcuna; imperoche volendo la natura
soccorrere alla trilta sensatione, qual chiamia-
mo fame, e non venendo di fuori cibo, tramā-
da à esso gl'humori de quali lo stomaco se ne
compiace, à modo del cibo, & cessa la fame.
Ancora è più d'assai sana l'astinenza della cena,
che del disnare, per esser più ampla la digestion
di notte: non ostante che alcuni dicano, che
l'astinenza della cena è assai peggiore; impero-
che il sōno soprauiene alla vacuità dello stoma-
co, per la qual causa si proibisce, come cosa
nociua; mā assai più noce sopportar la fame
nell'ho

REGOLE DELLA SANITA. 43

nell'hora del disnare, che il dormire sopra tal vacuità: sì perche il cibo non è ancora al tutto digesto nel giorno, come ancora si suol far alla sera vna collatione pontificale per refrigerio. Ancora in alcuni grassi, flegmatici, & humididi, come ancora à corpi carnosì, è commendato per la conseruatione della sanità vna leggera cena, ò vero astinenza, per la quale per esperienza si ritroua, che assai gioua l'astinenza della sera.

Cena parca à chi gioia.

ANNOTATIONI.

LA purgatione de gl'humori buoni, e la retentione de gli superflui, apportano grandissimo nocumento à corpi humani; perche quando non si fa la dovuta espulsione delle fecie ritenute nel corpo, cagionano varie infermità; per questo il dottissimo Auenzoar Medico Arabo, tanto lodato dal grande Aueroë, scrisse nel suo Theisir, che la maggior parte della sanità consisteva nella lubricità del ventre; perche ritenendosi le fecie, si ritengono ancor diuersi humori corrotti, quali fanno ostruptione nell'intestini, e di nouo sono assorbiti dalle vene del mesenterio, e rapiti da esse mandano mali vapori al cuore, stomaco, & altre parti, e indi cagionano diuersi accidenti, come di nausea, fastidio, indigestione, ostruptione, melancolie, dolori, & altri accidenti; perciò l'huomo, che brama mantenersi sano, deue almeno vna volta il giorno procurare il beneficio del corpo, e non potendolo hauer naturalmente: deue aiutarli con l'arte de suppositori, clysteri, pillole in particolare quelle lodate dell'auttore, e chi fosse este-

*Purgar i buoni humori e ritenere i cattui che danno ap-
partiti.*

Auenzoar.

Aueroë.

*Sanità consist-
te nella lubri-
cità del corpo.*

Danni.

*Per mantener
si sano, si deue
tener il corpo*

*lubrico vna
volta il gior-
no.*

nnato

44 REGOLE DELLA SANITÀ.

nuato, ò vero di corpo asciutto, e di natura caldo, de-

Rimedy per ue aiutarfi con la cassia, manna, passula di Corin-
l'asini sec to, sebesten cotti, prune dolci, ò vero con le loro cò-
chi di natura. positioni, cioè diacassia lenitiva, & diacassia con

manna, con l'elletuario lenitivo, ò vero co'l descritt-

Per cacochimi to dal Durando nel suo Thesoro di sanità. Chi hà
il corpo cacochimo, e male abituato, può à questo ef-

Per flegma- fetto vsar le prune lenitiue, è passule condite: Il
sici. pituitoso giouane le pillole mastlicine, ò grani di car-

Per figliuoli tamo scorticati, e mangiati con fichi di Genoua; à
piccoli. figliuoli si può ontar il ventre con buttiro, aloè, e
fiele di vitello, che questi sono i più vsitati rimedij
per tener il ventre lubrico.

Sani non si de- Chi è sano non si deue purgar; perche molti per
uono purgare le purgationi fatte senza necessità sono caduti in
e perche. diuerse infermità, & altri sono morti, e già già se

ne vedono alla giornata alcuni, e questo promiene
dalli humori, quali stauano ascosti nelle viscere del
corpo, quali agitati dal purgante medicamento, par-
toriscono diuersi inconuenienti, & è commune opi-
nion de Medici, che la materia mossa sia molto peg-
giore, che quando è stabile. Deue perciò il Medico
auerire prima che purgare, & esser ben cauto auā-
ti, che consigliar le purgationi, e quando l'hà conse-
gliata deue proceder destramente, e con cautela.

Hipocrate.

Non posso se non giudicar, che facciano male quel-
li, che per ogni minimo male consiglino la purga-
tione, peggio quelli, che la consiglino senza male.
Il che non farebbero se sapessero il detto d' Hipocra-
te nel libro de alimento. Natura abunde prestat
omnia omnibus. Se fossero veri Medici sareb-
bero ministri di natura, e non perturbatori d'essa,
& inimici de gl' infermi, come dice il Francantiano.

Me-

REGOLE DELLA SANITA. 45

Medici enim isti admirandi arbitantes, nisi *Francisciano*
 quis ingressus ad ægrum, & succingens se, vel
 cataplasma imposuerit, vel perfuderit, adulse-
 rit, vel clysterem indiderit, vel venam incide-
 rit, vel cucurbitulas adiunxerit, vel confricue-
 rit, vel nutrierit, aut huiusmodi aliud fascita-
 uerit, nihil ab ipso gestū esse artificiosum, quo-
 ties ad ægrum accedit, toties peccat; Et s' à que-
 sto modo apportano danno à gl' infermi, come non
 l'apportarano alli sani? come ben dice Hipocrate nel *Hipocrate*
 quarto aphorismo, Sanis helleborus periculosus
 est, quia conuulsiones facit.

Non per altro, che per carità gionto à questo *Auertimenti*
 proposito mi pare d'auertire ciascuno, acciò sia au- *notabili*
 duto à non rimetter la vita sua à certi falsi Medici,
 anzi diabolici empirici, quali co'l retro, e fulgine
 d'antimonio, poluere di Mercurio da essi chiamata
 Algaroi, ò turpetum minerale data à gl' infermi
 senza alcuna consideratione di tempo, hora, giorno
 senza considerare, la qualità d'humori, la na-
 tura del morbo, consuetudine, luogo, arte, na-
 tura delle parti, per quali euacuar si cōuiene, e gl' ac-
 cidenti, quali impedir pono le purgationi, e sprezzan-
 do il Methodo del Medicorationale, all'improviso ne
 lasciano passar molti la barca di Caronte, e cō le fa-
 uolose historie de loro falsi medicamenti, aiutati da
 chi dourebbe esser mezzo acciò fossero castigati, in-
 ganano molti, e apportano graue danno à gl' huma- *Histories d'em*
 ni corpi, l'istesso fanno alcune donniciuole, & arlata- *pirici*
 ni, & altri impostori con la.

Colloquintida.

Peplio.

Esula.

Thitimali.

Lathiri, cioè seme, e fo-
 glie.

Ricino

46 REGOLE DELLA SANITA.

Ricino.

Scamonea, mal corretta
posta nelle geladine, co
dogmate, e confetti.

Mecchioacam.

Helleboro bianco, e nero.

Xalappa.

Grane d'ebulo.

Di sambuco, e succo di sue
scorze.

Elatterio mal composto.

Gratiola.

Gomma per gli podagro
si dell' indie, o sij Gutta
gambre.

Fermento putrido sciol-
to nell' acqua.

Aceto stillato al capel di
piombo del Zapat-
ta.

Thimellea, & Camelea
da gl' antichi.

Viduiſica.

Chiamata viduiſica; perche facea le donne vedoue,
quando i loro mariti la pigliauano senza considera-
tione: e ſpeſſo ſi vede, che ſe non danno la morte,
ſono almeno la ruina dell' infermi, cagionando acci-
denti pericolosi, infermità incurabili, dolori, & an-
goſie perpetue. A queſto eſſetto dirò due caſi di no-
uo occorſi vno del 1616. in Torino d' vn certo, che

Hiſtoria d' vn
faſo empirico

fingeva eſſer venuto dall' Indie, portò certi granelli
da eſſo chiamati pignoli, vn poco più groſſi di quel-
li del Lathyri minore, quali pongevano nel maſti-
carli, e laſciauano ardore nel palato, di queſti (da
eſſo chiamati anco frutti dell' Indie) vna grana ſola
purgaua, come fa la fulligine dell' animonio, ne ven-
dette a molti, quali non conoſcendol, ne pigliarono, e
cadero in molti accidenti irremediabili, & vn' hoſte
in particolare, quale preſo n' haueua vn mezzò
grano gli purgò il ſangue, e l' anima inſieme, e non
gli gionorono le teriache, bollo armeno, terra del
Mondouì, & altri aſtringenti medicamenti ſoliti
darſi in ſimili caſi. Finalmente ſento da noi ſco-
perto fugì dalli ſtati di S. A. L' altro caſo occorſe an-
co dell' anno medemo, nella perſona d' vn Colonello

Hiſtoria.

Sauo.

REGOLE DELLA SANITA. 47

Sauoiardo, chiamato S. Cassino, qual era infetto di scabbie, e dolori gallici, da quali era medicato dal S. Isoardo Ghigonio, Nizzardo Medico Eccellentissimo. Era certo falso chirurgo Valesano gli promisse di curarlo in tre giorni senza beuande, compositi, e sudorifici con vn sol vino; Il Colonello lasciò il dotto Medico, per adh rire all'ignorante barbiere, quale hauendo principia la cura andò alla bottega di M. Guauschino battuelli, pigliò vna palla intiera di Colloquintida, la macerò nel vino bianco e poi lo diede à bere al piacente. Questa beuanda fece come la tempesta nel Mare, quale da tutte le parti agita la naue; così da tutte le parti questo buon gentil'huomo era agitato da gl'humori smossi, quali usciano per vomito, e per il sesso: con acerbissime erosioni di stomaco, e di ventre, deliquij d'animo, e perdita di più di diece liure di sangue, quale usciva come se fosse stata la vena aperta dalla flobotomia; fui chiamato e lo soccorsi con varij, e diuersi rimedij, e con la longhezza del tempo, Et aiuto di Dio lo restaurai, da poi combatuto valorosamente nelle vltime guerre, e morto d'vna moschetata à Vercelli, l'anno 1618. Nella stessa Città di Torino, era vn falegna-^{Historia}me del Mondouì, qual era dall'Illustre Collegio de^{dossi.} Medici di quella Città stato scacciato da essa; perche diceua, che tutti gl'huomini per heredità, ò poco, ò molto erano choinquinati dal mal Francese, e perciò bisognaua curar tutti con i suoi remedij: quinci in ogni tempo, Et à tutti senza alcuna consideratione ordinaua le pillole del Zapata fatte con l'aloë, scam-monea, Et colloquintida: donaua anco la poluere del mercurio, Et altri simili, e per ogni cura non haueua vergogna domandar, 25. 50. Et sino à 100. scudi,

scudi, se bene esso non spendeua più di tre, o quattro fiorini di monetta di Piemonte, e di questi molti se ne trouauano sino al tempo di Plinio. A questo proposito mi raccordo anco ch' vn giouinetto di bottega. in vece delli Trocisci di spodio di Mesue inauertentemente diede vna drama di quelli d' Albandal, quale generorno pur li sudetti accidenti.

Historia.

Medici, che fan del speciale. Gran biasmo si deuè ad alcuni Medici, quali fan mercantia della medicina sotto pretesto di secreti, e ricete, e proprietà occulte delle cose contro la dottrina d' Hipocrate, quale dice, che la medicina deuè esser libera, palese, & à tutti partecipata, e loro con gran dishonore faranno vn elixir, o vero vn' estratto di Rheubarbaro, e forsi anco vsarano vno delli rimedij da noi souranominati, occultarano il nome, lo daranno fuor di proposito, non opererà conforme alle loro promesse, e con gran vituperio saranno tenuti per cbiarlatani, pena veramente degna di tanto errore; perche non deuono tenir secreto quello che gioua al prossimo, sendo che la natura della scienza è come vn viuo fonte, dalla quale si caua l'acqua della cognitione delle cose, e sempre ce ne resta da cauare; perche in quella si contiene tutto ciò, che si possi sapere, per questo io non credo esser in alcun secreto, sendo ogni cosa da gli scrittori data in luce; mà tengo per certo, che l'ignoranza loro nasca; perche non hanno li dotti libri da loro scritti, o se gl'hanno non gli studiano, o se gli studiano non gl'intendono, e per questo ogni picola cosa da loro è tenuta per secreto, e per questo molti attendono à medicare con tre pignate solamente, e s'acquistano il nome de Medici da tre pignate.

Secreti dannati.

Hò scoperto anco grave errore in alcuni speciali
poco

poco accurati dell'honor loro, quali rimettono le bo-
 teghe a figliuoli incauti, quali ò per poca esperien-
 za, ò per ignoranza cagionano infiniti errori, e
 ben può ordinare bene il Medico, mà se i speciali
 non intendono bene l'arte loro, faranno con essi loro
 parir il Medico ignorante, & aporaranno danno
 notabile all'infermi, per esser tal'hor in-esperti, &
 ignoranti, e tal volta anco gioueni, quali non han-
 no ancor sufficiente cognitione del modo di ricetare,
 della qualità, e quantità delle cose, del modo e me-
 thodo del Medico. E per coprir i loro difetti senza
 alcun timor, di ciò biasmarano quella dottrina tan-
 to sicuramente in tanti anni, e con tanti stenti prat-
 ticata, e douendo essere trombe d'honore del Medico,
 e della medicina; si fanno trombe d'infamia, e vitu-
 perio Biasmando il Medico, e facendo le medici-
 ne cōtra i canoni di Mesuè, e dell'ordinatione metho-
 dica de chi hà studiato, e praticato più di loro;
 perciò bellissimo fù il decreto delli Augustani, quali
 sotto graui pene prohibirono, à i speciali il dir ma-
 le de' Medici; perche da questi ne nasceuano molti
 inconuenienti, e ne patiuano molto gl'infermi: mà
 peggio è ancora quando spediscono le ricete à lor fan-
 tasia, facendo mille, quid pro quo, & il simile sen-
 za alcun timor e fanno lor del Medico.

Sarà dunque auertito, chi si vorrà purgare di pi-
 gliar il consiglio di Medico esperto, di farlo solamen-
 te quando sarà di necessità, e di pigliar medicamen-
 ti aprouati, e benigni, e di non dar la vita sua in ma-
 no di spensierati, quali danno vn quid pro quo, e
 per asconder gli loro inganni, e per dar maggiore
 credito à diabolici medicamenti: gli chiamano con
 strauaganti nomi, e non hauendo altro fine, che di
 purgar

Che cose si
 dene fare quā
 do si dene la
 purgatione.

D

purgar

59 REGOLE DELLA SANITÀ.

purgar le borse, e mandar le case in dispersione, con la robba leuano la sanità, lasciano gl'huomini in continui tormenti, e spesso danno inopinata morte, e lasciano pianti nelle case.

Quando si de-
ue purgare.

Non voglio negare, che la purgatione fatta per elezione, in alcuni nō sia gioueuole, se ben à molti sarà dannosa, si può purgare vna, ò due volte secondo il consiglio del Medico; Chi è sottoposto à gl'humori sottili, e serosi, come la colera, quale tal'hor cagiona la terzana nell'estate, si può purgar, nella primavera solamente, e non più; Chi è soggetto à humori crassi, ò flemmatici può purgarsi due volte l'anno, cioè la primavera, e l'autunno; perche quelli generan longhe infermità, à Medici tediose, come catarrri, gotte, mal francese, dolori renali, affetti, hipochondriaci, quali danno mille volte la morte, e difficilissime sono à stradicarsi. Li sani non si deuono purgare, lo dice Hipocrate, è ben vero, che se l'huomo si sentisse alterato per qualche esterior causa, potrà vsare qualche alterante, e non purgante,

Dāni, che ap-
porta la pur-
gatione à sani.

come dice Galeno nel libro, quos purgare deceat, la ragione perche non si deue purgare il sano con purganti medicamenti, e perche non ritrouando il purgante, & agente in che possi agire, & operare, e la materia nō ben di sposta, come dice Aristotile agēs nō agit nisi in patiēte bene disposito, perciò tira à se gl'humori dalle vene, e dà tutte l'altre parti del corpo, e poi agisse in essi, e causa resolutioni di spiriti, rende le forze deboli, escita vertigine, induce tormēto, e molestia in grane danno del corpo.

Del cauar si
sangue.

Ragionando poi delle purgationi in generale, se sarà pienezza ne i vasi, si deue nella primavera con maturo giuditio, e secondo le forze cauare vn
poco

poco di sangue dal braccio, e à chi patisse hemoroide, e si sono serrate, dalle vene hemoroidali, alle donne che non si purgano, dal tallone; à chi hà qualche membro mutilato per diminuire il soprabondante sangue, e per fuggir, & assicurarsi da qualche infermità, che gli potrebbe auenire deue ogn'anno cauarne, secondo il bisogno, età, & tempi, e secondo che vā crescendo nell'età, deue ancora minuir il salasso, cioè nō cauarne così spesso, ne in tanta quantità, come quando era giouine; quando con la pienezza è congiunto qualche vitio nelli humori, si può cauar sangue, euacuar con medicine; auertendo però sempre al precetto d' Arnaldo qual dice, che quando con la dieta, si può sanar l'infermità, & assicurarsi p' l'auenire, nō si deue dar altro rimedio: fatta la purga vniuersale, se nel corpo restaranno ancor se, e cancrij. humori vitiosi, si potranno risoluer con i sudori, ò le ventose, e se i mali saranno longhi, e ostinati, con i cauteri, quali non saranno però à proposito per i consumati, vecchi, & figliuolini.

Quando biso-
gna far l'vno
l'altro.

Dieta secondo
Arnaldo.

Sudori. vñto-

Altre purga-
zioni.

Da molte strade escono gli vitiosi humori da nostri corpi; dalla bocca per il vomito, come loda Hipocrate ne' suoi aphorismi nel tempo dell'estate, e nell'inuerno per il sesso, estate per superiora, hie-
me vero per inferiora educere oportet; L'ostiruttioni del fegato, si purgano per l'orina; si purga il polmone, e petto per la tosse: il ceruello per il palato, e narici, & orecchie, e questo basti, quanto alle purgationi: auuissando che non deue l'huomo auezzarsi à purganti gagliardi, quali se ben che per accidente prolonghino la vita, naturalmente frustano il corpo, accellerano la vecchiezza, però ben dice Odo de odis, che l'aloë prolunga la vita acci-

Alimento.

D 2 dentale,

dentale, & abbrenia la naturale.

*Antidoti, e
suo uso.*

L'uso de gl' Antidoti tanto celebrato da gl' antichi, & hora con graue nostro danno negletto, e anco lodate dall' authore, quale propone vn' antidoto magistrale, molto corrispondente all' elettuuario di gemme di Mesuè, propone anco la theriaca, & il mitridato antidoti usati da Regi, e Prencipi; perche dalle loro occulte, e manifeste qualità sogliono apporzar giouamento grande alle viscere animali naturali, e vitali, alle parui similari, & instrumentali, mantengono gl' humori in debita temperanza, cōseruano l' armonia di tutto il corpo con debita proportion, fanno gli spiriti più purgati, le facoltà più pronte, le fontioni più perfette, e le parti organiche restano nel debito essere, e con tutto ciò che siano di tanto giouamento, io stupisco pare che in questa nostra età, à pena se n' hà memoria; e chiaro si vede che alcuni empirici con semplici medicamenti, ben spesso fanno stupir la plebe, con gran vergogna de Medici, quali non hanno la cognition de semplici, ne tampoco l' arte spagirica; questi attendono ad euacuar con purganti medicamenti, missioni di sangue non penetrano le cause, lasciano repullular altri morbi; per questo non è marauiglia se molti purgando gl' humori lasciano i morbi; perche non habendo l' arte spagirica, rimettono molte volte li medicamenti alla discretione de' speciali ignoranti, quali à pena sano discernere la latuca dalla bietola, ò à pena sano leger, e scriuer, perciò commettono molti errori, per questo io giudico di mille lodi degni quei Medici, quali non contenti de theoremi vniversali, e particolari di medicina, s' esercitano nelle cose sopra naturali, e nelle preparationi chimiche, e molti nel-

*Causa perche
empiri tal-
vor giouino.*

REGOLE DELLA SANITA. 53

nell'anatomiche, e come timorate di Dio, e benemeriti della dottrina d'Hipocrate sano conseruar l'huomo in sanità, e cacciar i morbi secondo gl'occorrenti.

Consiglia anco l'Authore, che per star sano l'huomo deue procurar la debita digestione de' cibi; perche l'indigestione genera imperfetto chilo, e impedisce la buona sanguificazione, per questo quando il Medico scopre l'indigestione, deue considerare s'ella viene da crudità, o da callidità, e questa si conosce dalle fumosità (qual sola cagiona la febre effemera da crudità) per eruttationi estuanti, e nidorose, e la cura di questa dice Galeno nel libro de locis affectis, si fa con la hiera; l'altra si conosce dalle eruttationi acide, e si cura co'l diatrion-pepereon, e conoscendo il Medico altre cause, come la semplice intemperie, o vero composta, in molti modi potrà soccorrer l'infermo, con diuersi rimedij, tanto locali, quanto presi per bocca.

Procurar si
deue la dige-
stion de' cibi.

Eruttatione
nidorose, &
estuanti.
Rimedi per la
crudità.

REGOLE DI MANGIARE, & bere. Cap. V.



Esta di mettere le regole del mangiare, e bere, quali deuono esser misurati secondo l'uso, & tolleranza della virtù. Noi adunque non ci viuiamo, acciò che mangiamo; mà mangiamo à fin che viuiamo. La onde dicono gl'antichi Auttori, & l'esperienza lo dimostra, che sia molto nociuo il mangiare, e bere, che inciti nausea, o vero angoscia, & che apportigrandezza allo stomaco, & alli hypocondrij, & che genera

Mangiar, &
bere deuono
esser modera-

Superfluo m-
giar, e bere,
che danno ap-
porti.

nera

§4 REGOLE DELLA SANITÀ.

Hipocondrij. nera inflationi in quelle parti. Sono gli hipocondrij due parti del ventre, cioè destro, & sinistro; l'vno sotto al fegato; e l'altro sotto la milza. Ancora è più dannoso il superfluo beuer, che il superfluo cibo; perche distempera le parti naturali, & fa soura-natar il cibo nello stomaco. In vn corpo sano, e meglior quel nutrimento, che è più soave al gusto, e la natura facilmente abbraccia; perche per certa dispositione naturale, meglio s'abbraccia dallo stomaco, & meglio si digerisse; Mà se il corpo è infermo, & distemperato, non deue obedi-ral'appetito; perche la naturale dispositione del corpo appetisse cose à lei simili, & l'appetito fuori del naturale appetisse le contrarie.

Danni del beuer troppo.

Cibi di miglior nutrimento.

Appetito naturale.

Lubricità dello stomaco:

Bisogna dunque auertir, che se per la lassitudine dello stomaco occorresse, che il cibo più presto descendesse, che non fosse di bisogno, in tal caso si deuono pigliare nel principio della mensa cose astringenti, confortatiue dello stomaco; perche aiutano la perfettione della digestion del cibo, per esser, che le cose stitiche, & astringenti tolte auanti al pasto, rendono il corpo stitico; & ritengono il cibo nello stomaco, sin tanto che sia digesto, & tolte dopo il pasto per la loro compressione, rendono il corpo lubrico, & flussibile, si può nondimeno alcuna volta prender nel fine del pasto (mà in poca quantità) qualche cibo astringente, per sigillo dello stomaco: come sono li codogni, & peri cotti, coriandri; ò vero vn poco di formaggio; pche dalla loro sigillatione si conforta la bocca dello stomaco, & il calor naturale

Astringenti, quando sono convenienti.

REGOLE DELLA SANITA. 55

turale intento alla digestione, non lascia ascē-
der tanti vapori al capo.

Li frutti humidi; & lubrificanti, come sono *Frutti, quan-*
le vghe, fichi freschi, meloni, & simili, deuo- *do si devono*
no esser permessi auanti ogn'altro cibo; & do- *usare.*
pò quelli si deue tardar à pigliar altri cibi; mà
si deue lasciar sin tanto, che discendono al fon-
do dello stomaco, & all'hora è bene mangia-
re; accioche discorrino. Nell'estate, si deue *Nell'estate,*
con ogni studio procurare di mangiar alla più *quando si deb-*
fresca hora, e in luoghi più freschi. Nel tempo *ba mangiare.*
dell'inuerno è bene il scaldarsi l'estremità del- *Nell'inuerno,*
le membra al foco dopò il pasto; perche l'estre- *che cosa si deb-*
mità delle membra rimangono in quel tempo *ba osservare.*
impotenti di calore, il quale all'hora si retira
alle parti interne. Li cibi nell'inuerno, si deuo-
no mangiar attualmente caldi; & nell'estate at-
tualmente freddi, ò temperati. Si deue anco *Digestion più*
notare, che nell'inuerno, & tempi freddi per *perfetta nel-*
la retraction del calore naturale alle parti inter *l'inuerno.*
ne, la digestione si fa più perfetta, che nell'e-
state; perche all'hora per la calidità dell'aria, il
calor naturale si disarge alle parti estrinse-
che, & si risolue, e debilita; perche la virtù
vnita è più forte, che la dispersa. A questo ef-
fetto li corpi nell'inuerno, che viuono delica-
tamente, e non sono assuefatti à grandi esser-
citij, deueno vsar cibi di buon nutrimento, &
di facile digestione, & mangiar alquanto più
che nell'estate, per esser nell'inuerno, il calor
naturale più vnito, & più forte à far la dige-
stione, che nell'estate. Il bere non si deue vsa- *Beuere, quan-*
re, saluo precedente vna vera, e natural sete, la *do bisogna.*

56 REGOLE DELLA SANITÀ.

quale ò vero, procede da sugamento, & siccità de membri, che hāno bisogno d'humettatione, ò vero procede dopò hauer mangiato cibi corpulenti, la onde l'humido rorido, si consuma nella bocca dello stomaco, alla consumatione del quale seguita vna vera, e natural sete, alla quale deue seguir il bere, per conseruatione della sanità. Alcune volta occorre altra sete accidentale, & non vera sete, chiamata da Medici sete mendosa, la qual se ben habbi molte cause, nondimeno per la maggior parte, suole venir dopò la crapula, & propriamente dopò la cena, quando il stomaco hà preso più cibo, che non può digerire; perche sendo all'hora il stomaco pieno di cibi, e di più cibi, che possi abbracciare, manda vapori assai alla bocca dello stomaco, & al palato, e causa gran sete, e questa mendosa sete, se non sarà troppo eccessiua, non chiede il bere, & è meglio patirla, che bere, la qual s'estingue con il dormire; perche il sonno aiuta la digestione, & quelli cibi indigesti, che bolliuano nello stomaco, si digeriscono, e così cessa l'elevation de fumi alla bocca dello stomaco, che causauano la sete mendosa, e non cessa tal sete per il bere, anzi s'accresce; perche essendo ancora nello stomaco il cibo indigesto, risurgono vapori, quali inducono maggior sete, perciò tal sete deue essertollerata; sendo che il bere all'hora impedisce la digestione del cibo, e la ritarda, come s'vn metesse dell'acqua fredda in vn'olla, ò lauezo, che boglia; Ancora non v'è cosa più pessima, e più detestabile, che mandare l'indigesto,

Sete naturale, & mendosa.

Dormir, quando mitiga la sete.

Quando bisogna tollerare la sete.

gesto, sopra l'indigesto, come di sopra detto
 habbiamo. Nondimeno se la mendosa sete, si
 affliggerà di notte, ò vero dopò cena, e che sia
 molto tediosa, all'hora è più sano il bere: in
 questo caso Galeno commanda, che si debba
 bere, & così biasma quelli che hanno sprezza-
 ta l'auttorità d'Hipocrate, doue pare che lodi,
 il sonno dopò la sete mendosa, & esibisce l'ac-
 qua fredda. Similmente per estintione di det-
 ta sete imitando Auuicena, si deue l'acqua non
 trangiotita; mà succhiata d'un vaso, c'hab-
 bia l'orificio stretto, acciò con poca acqua si
 smorzi l'intensa sete.

*Crudo sopra
 il crudo è cosa
 pessima.*

*Quando si deu-
 ne bere, & do-
 po il cibo.
 Galeno.*

Anuicena.

I condimenti, e sapori, e preparatione de'
 cibi non gli metterò quì, ne gli darò alcuna re-
 gola; perche hanno in loro tal virtù, qual han-
 no in se le specie, & sughi acetosi, & altre cose,
 con le quali occorre prepararli, & accommo-
 darli, & accioche d'essi se ne habbia miglior
 dottrina, de quelli specialmente, ch'vsiamo
 nelle viuande, beuande, sapori, e specie de-
 scriuerò per ordine d'alfabetto più breue, che
 io potrò e la particolar natura di ciascuna cosa
 secondo la ragione, & esperienza de gl'antichi
 scrittori; non hauemo ancora intentione al
 presente di narrar tutte le virtù di queste cose,
 quali pertengono alla parte curatiua dell'infer-
 mità; mà solamente di quelle cose, che vengo-
 no alla mensa per mangiar, e bere; accioche
 prestino aiuto alla conseruatione della sanità,
 & che per la virtù d'essi, si possa resistere alli
 nocumenti de' veneni.

*Condimenti
 acquistano le
 qualità di ql-
 le cose con le
 quali si condin-
 sono.*

ANNO.

ANNOTATIONI.

*Necessario sa-
per le qualità
de' cibi.*

*Temperamen-
ti varj.*

E Buonissima cosa, e necessaria se fosse possibile, che ogni huomo sapesse le qualità de tutti i cibi; poiche per la continua resolutione nostra sono necessarij, per supplemento di ciò, che di continuo si va risoluendo, se ben il Ioberto voglia prouare ne' suoi paradossi, che l'huomo non solo giorni, mà per mesi; & anni possa mantenersi in vita senza essi, ilche se sia vero non lo posso giudicare se non che proceda ciò da qualche temperamento particolare, ò vero per miracolo di Dio, come s'è veduto in molti Santi, quali hanno visuto longo tempo co'l solo cibo celeste del Santissimo Sacramento. Essendo dunque l'huomo hor sano, hor infermo, & hor trà l'infermità, & sanità, come ancora conualecente; perciò diuersità de' cibi se gli conuengono; poiche conforme, vuol Galeno nel lib. I. de Alimentis, che il corpo sano, & ben complessionato deue mantenersi con cibi simili al loro temperamento, la onde si dice che contraria contrarijs curantur, & similia similibus conseruantur; mà perche di rado si ritroua tal complessione, e che nõ eccedi in qualche intemperie, ò sia qualità, ò attiuà, ò passiuà di caldo, freddo, secco, & humido, si deuono perciò regularsi, e gouernarsi con nutrimenti repugnanti à tal intemperie, e ciò nel egual grado; se ben questa misura sia alquanto difficile à stabilirla, si deue nondimeno far tutto ciò, che sia possibile. Vi sono ancora certi temperamenti, che non pono non che mangiare; mà ne tampoco sentir vn cibo, il quale di sua natura saria cōferēte alla loro cōplessione; mà per pe-
culiar

culiar antipathia non potendoli usare, è molto meglio astenersi da essi, come ancor molti per la mala educatione hauuta nel principio, lasciano i cibi di natura buoni, & usano i catini à essi fatti familiari; perche si vede molti, che si nutriscono de fichi, come i Fighoni, altri de castagne, come quei ch'habitano vicino all' Alpi, altri di pan d'horzo, come gli Alpini; altri di segalla, altri d' Avena, come nella Vestfalia: altri di mellica, panico, formentone, spel-
 ta, millio, maiz, legumi diuersi, & altri simili, *Consuetudine esser un'altra natura.*
 & essendo così assuefatti con detti cibi, si nutriscono come gl' altri; che mangiano il pan di formento, che tra gl' altri è il più temperato, & il simile si deuè giudicar de gl' altri. Altri poi per peculiar proprietá dello stomaco, ò per intemperie naturale, ò acquistata, ò vero per humori coasceruati in esso, non potranno digerir cibi buoni, e di facil digestion; mà se ben gl' alieni, ò vero di mala, e tarda; poiche questi si digeriscono facilmente, e altri s' alterano, e si corrompono; è questo procede, che quelli dal sopra-bondante calore si digeriscono, e non nel temperato, perciò si vede (come ben dice il prefatto Galeno) *Galeno*
 che la carne di Bue in alcuni più presto si digerisce, che i pesci sabbatili: Così in alcuni la lenticchia, e il meli crato astringono, e in altri purgano; perciò il melle ancora è di natura nociuo à corpi biliosi, caldi, e secchi, come al contrario gioua à flemmatici, di *Melle.*
 natura freddi, e humidi tanto di natural temperie tale; ò sia acquisititia per l'età, ò per la regione, ò tempo dell'anno, ò per condition di vita. Sono ancora di gran consideratione le diuersità delle sostanze *Contrarietà ne' misti.*
 in molti misti, che sono di contraria operatione: poi-
 che si vede chel brodo della lenticchia, ò della brassi-

sa pre-

ca presto sene passa, e lubrica il ventre, e la sostanza qual è di natura crassa sene passa tardi, & astringe, e più ancora se sarà due volte cotta, come ancora tutti i pesci marini chiamati testacei, o siano ostracosi, che hanno la pelle dura cotta, e il loro decotto mangiato con l'oglio garo, e pepe lubrica il ventre, e la loro carne astringe, e così come dice Galeno nel citato loco, che mangiando l'vno, e l'altro insieme per la contrarietà loro generano tormini, & inflationi; perche la loro sostanza crassa s'accosta, e si aderisce alle viscere, e il brodo è pronto all'espulsione; perciò secondo che sono diuersi i temperamenti, altresì conueniente è ancora à vni la sostanza, & à altri il loro brodo. Dice ancor il prefatto Galeno, che gl'alimenti per altre cause ancora hor tosto, & hor tardi passano, & ciò ò per la temperie acquistata nel principio dell'età dell'huomo, come habbiamo detto di soua, ò per disposition acquisita del ventre, ò per la peculiar sostanza de' cibi, ò poculenti: facilmente descendono l'erbe, che hanno lentore in se, come l'Atriplice, blito, malua, la zucca, spinacchio, la viola, e altri simili. Trà i frutti la mora, le cerasse dolci, i vini crassi, e dolci, i cocomeri, meloni, peponi che sono diuretici, tutti i frutti humidi, & acquosi: come sono i primitiui, l'inspidi, e che non hanno odore, i persichi, l'armognanchi. Questi tai frutti, quando sono riceuuti nel ventre, e chi lo hà di natura lubrico subito passano al basso, à gl'altri stanno nella parte più sublime, e così in ciò tengono mediocre loco trà quei che stringono, e che lubricano, Il melicrato ancora à quelli che prontamente passa al basso, passando auanti à gl'altri cibi non gioua niente all'escretione; mà à gl'altri

Galeno.

Galeno.

Cibi che presto
passano.

REGOLE DELLA SANITA. 61

gl'altri gli pròrita l'escretione, come fà la colera gial *Malicrato.*
da cō sua acrimonia, e mordacità. Sono ancora altri ci-
bi, che li bricano c'hanno mista facoltà trà il medica-
mēto leniēte, & cibo è q̄sti s' vsano à cōualescenti, e
deboli di lōga malattia, che nō pono soportar medici-
ne grandi. Ancora molti mangiādo cibi astringēti, co- *Proprietà de'*
me peri, e codogni, myrobolani dopo à cibi fluidi, e lu- *cibi astringen*
bricati, massi me à chi hà lo stomaco debole, corroborā *ti.*
do esso accellerano la loro espulsione, et il cōtrario fan-
no māgiati ināti: come ancora recita Gal. nel 2. alim.

L'huomo che vuol viuer sano, deue regularsi se-
condo le soprascritte regole date dal Benzo; percia-
che à conseruarsi regolatamente, deue il cibo esser
ancora ben regolato secondo la quantità, qualità,
ordine, & modo. La quantità del cibo deue esser, *Ordine del ci-*
eguale alla sostanza, che di continuo si risolue, co- *barfi.*
me afferma Galeno nel libro 15. de vsu partium, *Galeno.*
corì dicendo. Quòd ea vacuentur, a limentum sit
æquale, est necesse copiarū substantiarū effluentis; *Quantità su-*
Perciò si come la troppa quantità è nocua, così la *per sua nuoce.*
troppa inedia, ò sia dieta: questa per esser di trop-
po peso alla natura, l'altro per render il corpo debole,
& vacuo per mancamento di nutrimento, come af-
ferma Galeno nel lib. de ven. sec. aduersus Erisi- *Galeno.*
stratum. Cibus cuiusque in mensura erratū gra-
uissima incommoda inducit, vt in hominibus
extenuatis, & imbecillibus constat; Et poi por-
tando la ragione dice, In quibus scilicet, quod
minus, quàm par sit, nutriat, virtutem tabidā
reddet, si verò modum exuperet naturæ potiùs
oneri, quàm nutrimento fuerit, illamque pœ-
nitus, & extinguet, & suffocabit; Et nel libro
de causis morborum, non solo nella debita quan-
tità,

62 REGOLE DELLA SANITA,

*Regolar si de- tità, vuole che vi sia pportione: ma ancora nella qua-
ne ancora nel- lità, & parlando della causa de mali cagionati da
la qualità de frigidità così scrive: Frigiditatis etiam plurimæ
cibi.*

Galeno.

exsistunt causæ, veluti frigidorum propinqui-
tas, alimentorum qualitas, atque quantitas,
& poco abbasso dice. In vniuersum autem om-
nes optimi cibi, qui animali plurimum nutri-
menti adferunt, si supra modum sumantur,
frigidus morbos generant, sicuti, & cætera, que
natura refrigerantia cum sint, similiter ingerun-
tur: Ma se si cercasse, se si peggio errar nel trop-

*Esquisitezza po cibo, ò nel manco: rispondo che l'esquisitezza del
nel cibarsi es cibo, tanto à corpi sani, come à infermi esser peri-
ser pericolosa.*

colosa, come ben scrive Hipocrate nel primo delli
Aforismi. In tenui victu ægri delinquant, quo
fit, vt magis lædantur; Quicunque enim er-
ror committitur magnus, maior in hoc fit, quam
in paulò pleniori victu, propterea etiam sanis
periculosus existit exquilitus admodum, & cõ-
stitutus victus, quoniam errores grauius ferunt.

*Ordine nel ci-
barfi.*

Galeno.

Quanto all'ordine, deuono antiporsi i cibi che sono
fluidi, & che facilmente passano, à quelli che pas-
sano tardi, come ne accenna Galeno nel lib. de ali-
mentis, così dicendo. Vt posteriores ij cibi su-
mendi sunt, qui tardè permeant, sic omnium
primi, qui celeriter, quidem permeant, cor-
rumpuntur tamen, si diutius in ventriculo cõ-

*Modo di vsar morentur, Et così ancora del modo d'vsar gli scri-
a cibi.*

Galeno.

ue nel libro de sanitate tuenda, doue tratta delle
cause della suppression del ventre. Et cibi quidem
portionisque vitio, aut propter qualitatem eo-
rum, aut quantitatem, aut propter ordinem,
vtdique modum, & propter qualitatem, qui-
dem

REGOLE DELLA SANITA. 63

dem si accerba, austera, aut sicca natura fuerint, propter quantitatem, si iusto plura, aut pauciora sint assumpta (dell'ordine) ordinis culpa, si quæ sicca, altringentiæve sunt primo, quæ humida, pingua, dulcia secundo exhibentur loco, & (del modo) modi vsus ratione, si cum bis fuit edendum, totum semel, sumpserit. Dopo le predette regole è di necessità superregular il cibo, & bere secondo l'età, temperamento, stagione, loco, & regione, la consuetudine, & conditione di vita, come afferma l'istesso nel libro de alimentis. Animalibus autem naturalem temperiem, atq; inculpatam seruantibus, similia suis naturis cibaria conueniunt, ijs verò, quæ prauam temperiem, aut ab initio sunt sortita, aut post acquisuerunt, non similium sibi ipsis esus, sed contrariorum est utilis.

Observationi
generali.

Galeno.

Itaque singule nature suum proprium medium habebunt, idque secundum ætatem, vitæ conditionem, institutionum, & regionum in quibus tandiù habitabunt differentias.

Così il beuer deue esser proportionato secondo le soprascritte regole, & quanto il beuer dopò al pasto, se la sete sarà causata dalla ebullitione del cibo nello stomaco, & che non sij ancor digesto, e meglio il dormigli sopra che il beuere; perche innatano gli cibi nello stomaco, & non si vniscono, onde difficilmente si digeriscono: mà se la sete fosse tanto eccessiua, che non si potesse tollerare, e meglio beuer vn poco inanti ch' il cibo sij digerito; perche si leua la molestia, & si leua la sete: mà se dopò la digestionem persevera la sete, all' hora si deue bere più largamente, come accenna Galeno nel 7. del Method. Iam

Regole circa
il beuer.
Beuer dopò il
pasto.

Sete eccessiua

vero

64 REGOLE DELLA SANITA.

verò bibendū illicò post cenā est, antequam ci-
bus fuerit concoctus, si quidem innatant cibi,
si bibant ita vt eos ventriculi corpus propter
humorem interpositum non contingat, cate-
rū si magna siti torqueatur tantillum est pro-
pinandum, quod & molestiam tollat, & sitim
leuet, vbi vero nutrimentum concoxerint,
abundè bibere sunt sinēdi; Et il Dottissimo Henr-
nio nel commento del 4. Aphorismo. Madoris
inopia post somnum, si perseverat sitis plena
potet manu. Galeno ancora vuole, se la sete sarà
causata del beuer vino potente, puro, ò vero per nō
bauer beuuta la debita quantità proportionata al ci-
bo, che si debba conceder il beuer dopò il pasto.
Valdè sitientibus à meraco vino, vel ab inopia
potus, concedendus est potus. Quanto al beuer
freddo, non lo biasma Galeno nel libro de attenuan-
te victus ratione. Nell'estate, & à corpi lan-
guenti, quando è di necessitā soccorrergli per la sic-
cità, & calore de' cibi, loda esso ancora i pomi, pru-
dotati nell'estate, cerasse, mori, cocumeri, peponi, meloni, armognā-
chi, persichi, & tutti i refrigeranti: loda ancora la
spuma del late, & i cibi fatti cō l'late, gli fichi fre-
schi, & le zuche, ancora la malua, la latuga, la
prisana d'orzo ben refrigerata, loda poi il vino ben
adacquato con acqua fredda, & quando il vino rin-
fresca o cō l'giaccio, ò con la neue così dice. Sunt
qui niue refrigerentur, sed hæc illis præcepta
traduntur, qui assiduis occupationibus impe-
diuntur, qui verò huiusmodi sunt soliti nego-
cijs, si exercitatione vt solent, quàm rarissi-
mè frigido potu indigent, qui minimè exer-
centur summa æstate, cū vehementi calore
virgen.

Henrio.

*Beuer freddo.
Galeno.*

*Frutti freschi
dotati nell'esta-
te.
Galeno.*

*Vin adacqua
do.
Galeno.*

REGOLE DELLA SANITA. 65

urgentur, aquam fontanam bibant, ab usuque
 niuis abstineant, Hæc siquidem quamuis pro-
 tinus nullam corporibus iuuenum læsionē sen-
 sibilem inferat, sensim tamen, occulteque cre-
 scente vitio, cum iam ætas progressu temporis
 inclinauit, articulos, viscera, neruosq; his mor-
 bis vexat, qui vel difficulter admodum, vel
 omninò tolli nō possunt, nimirum semper im-
 becilliori particula facile quameunque exci-
 piente læsionem, &c. Et il simile vuole Hipocrate.
 te nel V. delli Aphorismi. Frigida, cuiusmodi sūt
 nix, & glacies, pectori sunt inimica, tusses mo-
 uent, sanguinis profluvia cient, catharros exci-
 rant. Gl'antichi haueuano il ghiaccio, e neue in de-
 licie, come anco hogidi in Italia, & nella Spagna, gl'antiqui.
 mà suoleuo co'l tempo produr gl'incōuenienti i scritti
 da Galeno; di più come vuol Heurnio, quelli che l'usa
 troppo diuentano gottosi, & sono di continuo afflit-
 ti dal catarro, & sono di breue vita, se ben molti
 Medici gli landano nelle grandi, & acutissime fe-
 br, ne' giorni caniculari, nelle regioni meridionali,
 & calde, ne' giouani di caldo temperamento, che
 non syno catarrosi, ostrutti, podagrosi, herniosi, &
 che non patiscano infermità fredde nelle viscere,
 & che non syno deboli di malattia, o d'altra causa,
 & dicono hauer offeruato, che il bere co'l ghiaccio, o ne-
 ue in simil cause, non hauer mai offeso; nō dimeno si
 deue usare con gran cautella, poiche incrudisce il ci-
 bo nello stomaco, & da questo si causano diuersa
 infermità; Poiche l'istesso Galeno nel detto libro di-
 ce. Ea autem cruditas deterior est alijs, quam
 vitiosi succi cibaria effecerunt. Oltre di ciò il
 più lodato vin fresco è quello, che tale viene dalla ca-
 lodato.

Il beuer con la
 neue se ben nō
 nuoce di pre-
 sente, lo fa poi
 con longhez-
 za di tempo.
 Hipocrate.

Ghiaccio, è ne-
 ue delicie de
 gl'antiqui.

Danni che ap-
 porta il ghiac-
 cio.

Quando sono
 permessi da
 Medici.

Galeno.

Vin fresco,
 il qual si più
 lodato.

E tina,

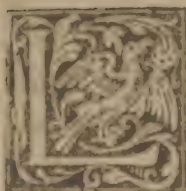
66 REGOLE DELLA SANITA.

gina, e poi quello rinfrescato in terra, pozzo morto, ò salnitro: il terzo è quello che si rinfresca all'aria di canerne fresche, ò vicino all'acqua de' fonti, ò pozzi: il quarto è quello che si beue con acqua fresca, ò vero infrescato nell'acqua di fonte, ò pozzo. Il più detestabile è quello rinfrescato con la neue, ò giaccio, & il più nocuo è quello nel quale se gli mette la neue, ò giaccio dentro; poiche spesse volte fa dolori, e passioni ventrali specialmente beuuto sopra gli frutti, e causa molte altre infermità.

DELLA NATURA DE' CIBI IN particolare, per ordine d'Alfabetto.

ET PRIMO DELLE AMANDOLE. Cap. VI.

Amandole di due spee.
Amandole dolci, & sue virtù.



Amandole col zucchero.

Amandolata.

Amandole alcune son amare, & alcune dolci, l'amare perche son date per medicina, saranno escluse da questo nostro trattato. L'amandole dolci nelle sue qualità sono quasi temperate, mà declinano alquanto all'humido, manco però che le noci: sono di difficile digestione, stanno longo tempo nello stomaco; perciò deuono esser ben masticate, mangiate co'l zucchero, più facilmente si digeriscono, & descendono al fondo dello stomaco: sono di buonissimo nutrimento, se ben esse ingrassano poco: son astringue, & aperitiue delle ostrutioni del fegato: la minestra fatta d'esse, che si domanda amandolata, gioua alle passioni del petto, come alla tosse, asma, & simili infermità pettorali. Il cōdimen-

REGOLE DELLA SANITA. 67

dimento fatto con oglio, ò latte d'esse, hà quella istessa virtù, prouocano le amandole dolci l'vrine; mitigando il suo ardore, & nettano le brutezze, & escrementi delle reni: mangiate, ò poste souera la morsicatura del cane rabioso, giouano molto.

ANNOTATIONI,

L'Amandole così chiamate dalla voce Greca *αμυγδα*, che significa diuiso in molte *Atheneo*.
mule, & così per hauer la seconda scorza con molti scarificati sono da questo vocabulo amandole domandate. Se l'Amandole fossero nel tempo di Catone si vada dubitando, poiche d'esso vengono annumerate con le noci domandandole noci greche, come ancora pare che faccia Plinio nel lib. 15 cap. 22. & Atheneo chiamaua d'autorità de gl'antichi Greci le noci Amadole. Hor lasciando, queste dubitationi da parte, dico che due sono le differenze dell'Amandole, cioè dolci, & amare.

Vsano molti le amandole amare, non solo per uso di medicina, mà per prohibir l'vbbriacchezza. Referisce Plutarco, che Drusso figliuolo di Tiberio Cesare haueua vn Medico, qual per esser assuefatto a *Medico di Druso*.
mangiar copia di amandole amare superaua ogni huomo nel bere, & non gli faceva il vino danno alcuno. Mangiansi ancora adesso le amandole persiche, cioè il Nucleo, qual tiene il secondo luogo trà persico. *Amandola*
l'amandola, & Nucleo del persico, & dissipan' i flatii, prohibiscono i fumi alla testa, aiutano la digestion, & sono assai commendate alla tauola del Serenissimo Duca nostro, & la carne di detti frutti

68 REGOLE DELLA SANITA.

è di nessun nutrimento. Sono questi frutti d'un arbor, che alcune volte rassomiglia all'amandorlo, & alcune volte al persico, secondo che s'inesta un arbor sopra l'altro. L'Amandole più celebrate da Greci sono quelle che vengono nell'isola detta Naxia, & le seconde poi quelle di Cipro. Nell'Italia sono celebrate quelle della Riviera di Genova, & di Preuenza: saperitissime sono le chagiarele, quali facilme si ropono chagiandole tra i denti. L'amandole fresche sono più humefattive dell'altre, & quelle tenerelle, che si mangiano con la scorza accide, sono refrigeranti. Le amandole dolci mangiate con la scorza seconda sono più astringue, che le pellate co' l'acqua calda; ma queste sono più gustuoli. Se ne fa oglio qual co' l'butiro, è buono per la tosse à pleuritici, & all'asma: se ne fa il pane dolciario di grandissimo nutrimento, & si chiama marzapane: qual si fa di amandole pellate, parti due, & una di zuccaro mescolati insieme, aggiuntoui un poco d'acqua rosa, se ne forma placentulle incrustate con altro zuccaro sciolto co' l'bianco dell'oua, & cotti al forno.

DISCORSI DEL PISANELLI con l'historie, & annotationi del Galina.

- Elettione.** Che siano dolci, e fresche, non guaste dal tempo, nate in luoghi caldi di quella specie, che si dicono ambrosine.
- Giuuamenti.** Nutriscano allai, ingrassano, aiutano la vista, moltiplicano lo sperma, facilitano lo sputto, purgano il petto, e fanno dormire.
- Nocimenti.** Quando sono molto secche, sono di tarda digestione.

REGOLE DELLA SANITA. 69

digestione, si fermano molto nel stomaco, e fanno doler la testa.

Mangiandosi l'estate, quando i nocciuoli sono tenerelli, come latte, ouero secche senza scorza, con molto zucchero, che le fa scendere presto. *Remedio.*

Le dolci sono calde temperatamente, & humide nel primo grado rimesso, mà le amare sono secche nel secondo grado. *Gradi.*

Sono buone à tutti i tempi, età, e complessioni: mà bisogna che siano fresche, e preparate senza scorza, con zucchero. *Tempi. Età, Complessioni.*

HISTORIE NATVRALI del Galina.

LE Amandole temeno i luoghi freddi, e però nascono copiosamente, e meglior in Puglia, & Sicilia, che in altri luoghi d'Italia, donde si portano, e ne vanno per tutto. Le verdi si mangiano nel principio della Primavera dalle donne granide, perche sono appetiteuoli, e leuan tor la nausea. Si mangiano ancora l'estate, quando il nocciuolo è tenerello, & all' hora sono molto delicate. Mà per l'uso di tutto l'anno, si raccolgono al fine d' Agosto. Le dolci ci augumētano la sostanza del ceruello fanno dormire soauemente, purgano le strade dell'urina, e sono molto conuenienti alli magri. Aprono l'opilationi del fegato, della milza, e di tutte le vene: leniscono la gola; mà perche tardano allo stomaco, bisogna mangiarle co'l zucchero. Nettare il petto, & i polmoni. Le amare sono rimedio contra l'ubriachezza, se auanti passo se ne mangiano sei, o sette. In quest' arbore fù transmutata Filide.

E 3

L'uso

70 REGOLE DELLA SANITÀ.

L'uso dell' Amandole dolci è buono per coloro, che hanno difetto ne' polmoni, di rinella, difficoltà d'urinare, & leuano struccioni del fegato, causate da humori crassi, & viscosi. Et perciò vagliono medemamente ne' dolori colici; & splenetici. Ne sò da chi canì il volgo, la minestra fatta di amandole, restringere; hauendo da Galeno al secondo de gl'alimenti, queste parole, Amigdalę nihil profusus adstrictorię facultatis foritę sunt. Fanno venir voglia di bere, dicendo Eupoli. Da quas manducem Naxias amigdalas Da vinum; quod bibam è vitę Naxia. Le amandole amare fanno morire i galli, & le galline, che ne mangiano. La gomma dell'amandorlo ferma subito lo sputar del sangue, & applicata con aceto, leua via le lentigini, & altre macchie della faccia.

DELLE AVELLANE. Cap. VII.

*Auellane con
suoi giouamē
ti, & nocumē
ti.*



E Auellane son calde, e secche nel primo grado, & di maggior nutrimento, che le noci, se ben sijno più terrestri; per esser di sostanza più soda, & menò vntuosa; perciò sono di più mala digestione, rendono il ventre stitico, e generan ventosità; perciò si deuono nettar dalla scorza interiore. La nociuola mangiata alquanto rostita souo le braggie; con vn poco di pepe: sostiene à quelli che patiscono rheuma della testa, e coriza: gioua alle ponture de' scorpioni mangiata, & empaltrata sopra la pontura, con foglie di ruta, e fichi.

*Come si deb-
ban māgiare.
Giona contro
le morsicature
de' scorpion.*

ANNO-

ANNOTATIONI.

LE *Auellane*, ò *sian nocciuole* sono di due spe- *Auellane di*
 cie, cioè domestiche, e seluatiche da alcuni *due sorti.*
 chiamate *Corylus*, e sogliono mangiarsi fresche; ma
 generano più ventosità, & non sono così efficaci,
 come le secche, se ben queste coperte co'l zuccaro
 vagliono per consumar gli catarri. Le domestiche
 poi da Greci domandate *Καρυά πικτήν*; perche mol-
 ti sono stati di parer, che siano state portate nel-
 l' Asia, & Grecia da Ponto (come vuol Plinio nel
 libro 15 cap. 22) sono di due sorti, cioè tonde e lon-
 ghe; e queste sono giudicate più soavi al gusto,
 & tra le Italiane sono le *Vincentine* tenute le me-
 gliori, & a noi non cedono in bontà à quelle l' *Aste-*
giine. Mangiandone in copia generan dolor di te-
 sta, & causano inflation di stomaco, giouano anco-
 ra à corpi troppo grassi. Nutriscono meno dell' *Amā-*
dole, sopra natano à gl' altri cibi: ma meno della
 noce: si leua il suo nocumento arrostandola su le brag-
 gie. Scrive il Trago, che offendono lo stomaco, mas-
 sime quelle che non sono compiutamente mature, co-
 me ancora i sottili intestini; perciò dice ancora il
 poeta Macro.

Ex minimis nucibus nulli datur esca salubris.

I figliuoli, che ne mangiano nel mese d' Agosto,
 restano souenti infermi di dysenteria; perche gen-
 rano copia di colera. La poluer della scorza della
 seluatica g oua miracolosamente al mal di costa, pre- *val al mal di*
 so al peso d' vna dragma, con acqua di papauer rosso. *costa.*
 Mangiate inanti pisto con la ruta, per quel giorno
 l'huomo non può esser offeso d' alcun veneno, ne mor-

E 4 sicate

72 REGOLE DELLA SANITA.
sicato d'alcun animal venenoso, vedi Simeon Sethi:
giona ancor al mal chiamato picca.

DEL PISANELLI.

- Electione.** **C**He siano grosse, poco coperte, piene di molto humore, e che i vermi non le habbiano corrotte, ne toccate, in modo alcuno.
- Gionamenti.** Dāno più nutrimento, che le noci, accrescono il ceruello, e cotte co'l mele, sanano la tosse antica; arrostate, e mangiate co'l pepe, maturano i catarri.
- Uti.** Nuocono allo stomaco; sono dure da digerirsi, generano molta colera, e fanno doler il capo, quando se ne mangia assai.
- Rimedio.** Mangiandole, che siano ben fresche, e che siano state infuse nell'acqua, e mangiandoci appresso cibi conditi co'l zucchero.
- Gradi.** Le fresche sono temperate nelle prime qualità, & le secche sono calde, e secche nel fine del primo grado.
- Tempi, Età, Complessioni.** Sono da usarsi poco, & solo l'inuerno i giovani le mangino, e quei, che sono gagliardi, e che faticano assai.

HISTORIE NATVRALI.

LÈ Nocciuole sono dette da Greci Pontiche, per essere state portate, come dice Plinio, di Pontico; da Latini sono dette Auellane, e Corili gli arbori che le fanno. I frutti volgarmente si chiamano Nocelle, Auellane, Nocchie, & in Napoli Antriti. Queste non prouocano il vomito, come fanno le

le Noci, ne stringono il corpo, mà fanno, qualche ventosità, e se ben tardi si digeriscono, tuttavia sono grate al fegato. Quando si mangiano con la ruta, e con i fichi secchi à digiuno, preserua-
no dalla peste, & dal morso delle serpi. È stato
esperimentato, che toccandosi le serpi con la verga
fatta di Noccinolo restano stupide, e finalmente
muoiono. Del suo legno in Roma fanno i legnaiuo-
li i ricci, che si chiamano Tacchie, le quali pongo-
no nel vino nuouo, turbido, & in vintiquattro hore
lo fanno diuentare chiarissimo, e bellissimo.

Le foglie della nocciuola scacciano i veneni, mas-
sime de' scorpioni, & d'altri animali venenosi, Et chi
havrà cura della sanità, mangiarà delle nocciuole il
manco, che potrà; perche apportano dolor di testa,
& infiammazione di stomaco. Et delle sue qualità,
si leggono que sti sette versi.

Nuciola vocor;
Calida, ventosa.
Recens, & cruda.
Noceo Cantori.

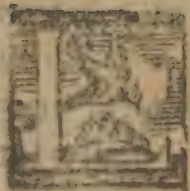
| Igni ficcata.
| Deprimo catharrū.
| Iuuu potantem.

La corteccia delle nocciuole secca, pesta, sottil-
mente poluerizata, & data al peso d'vna dramma,
gionua mirabilmente à coloro, che patiscono d'are-
na. Perciò Amato Portoghese, Medico eccellente,
loda molto, che coloro, che patiscono d'arena, deb-
biano mangiare le nocciuole fresche. L'oglio, che
si caua dalle nocciuole, gionua à i dolori delle giontu-
re, & corrobora le parti lese; perche con la facol-
tà secca, che possiede, consuma l'humidità, che sa-
no in esse,

DELLA

DELL'AMIDO. Cap. VIII.

*Amido, et sue
virtù, & no-
cumenti.*



Amido è freddo, e secco nel primo grado, la minestra d'amido, si fa con vna parte di esso, e sei d'acqua, e si condisse ancora cō il latte d'aman-
dole, e zuccaro: lenisse la trachea arteria, e il petto, proibisce il flusso catarrale al petto, mitiga la tosse, non genera molto buon sangue, cotto, & mescolato con la semola, e di buonissimo nutrimento, e genera sangue temperato: l'uso suo frequentato per la sua viscosità genera opilation nel fegato, & in quelli che hanno gli reni caldi gli dispone alla generatione della pietra: mangiando l'amido con le lenticchie, constringe il ventre nel flusso colerico.

ANNOTATIONI.

*Amido di ri-
so.*

L'Amido si fa di diuerse cose, mà il più frequentato è quello di formento, e poi quello di riso, e principalmente si usa per incrustar la tela; quel di formento è anco usato da Medici in molti medicamenti, & ne fanno far minestre co'l brodo, per curar le dysenterie, & di raro vien usato da sani.

DELL'ANETO. Cap. IX.

*Aneto, &
sui nocumen-
ti.*

L'Aneto è caldo nel primo grado, è maturatiuo de gl'humori humidi, e freddi, mondifica il ventre da putridi humori, mitiga i suoi dolori, risolve la ventosità, induce

REGOLE DELLA SANITA. 75

duce quiete, prouoca il sonno, & rimoue il sangue, che vien causato da replettione, & suo superfluo vso debilita la vista, nuoce allo stomaco; perche genera nausea, & prouoca il vomito la decottione fatta co'l suo seme.

ANNOTATIONI.

L' Aneto non s' vsa ne' cibi in Piemonte, & di Aneto frequen-
 raro in altre parti d'Italia, nella Germania è tato in Ger-
 in frequentissimo vso; & in alcune parti si condisce mania.
 co'l zuccaro, come si fa delli anisi, per dissipar le
 ventosità. il fresco è meno caldo del secco, e concia-
 lia il sonno; perciò gl' Antichi ne' loro conuiui vsa-
 uano le corone d'esso.

DELL'ANISO. Cap. X.

L' Aniso è caldo nel primo, & secco nel L' Aniso.
 terzo. Il suo seme solo, ò confettato
 co'l zuccaro è risolutiuo della vento- Aniso, & sue
 sità. Si deue prender dopò lo cibo; qualità.
 perche rende la bocca con soaue odore, repri-
 me gli vapori, apre il petto, leua l'ostruttioni
 (causate da viscidità d'humori) del fegato, &
 della milza: prouoca l'orina, incita il coito, &
 è astringente, gioua al dolor di testa, & aiuta à
 scacciare i vermi.

ANNOTATIONI.

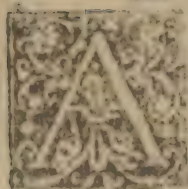
Visitissimi sono gl'anisi in confetto, ò vero Anisi visitati.
 mangiati co'l pane, mescolandogli nella pa- si.
 sta, inanti che si concia al forno, & si mettono an-
 cora

76 REGOLE DELLA SANITA.

Per gli men-
strui bianchi.
Tauolette con
l'oglio d'anisi.
Poluer dige-
stina.

cora ne' biscioletti, che si mangiano ordinariamente.
Questo sceme è buono à menstrui bianchi, & il suo
oglio cauato per destillatione ancora, del quale se
ne formano co'l zuccaro tauolette à forma di ma-
nuscritti, & si mangiano inanti al cibo dopo la pur-
gatione del corpo, se ne fà poluer digestina, qual si
prende dopò il cibo, per aiutar la digestione, & si fà
cosi; prendi d' Anisi onc. iij. Coriandri preparat;
seme di finocchio an. onc. ij. Cinamomo an. j. organo,
liquiricia, galanga an. onc. s. macis, cubebe an. drac.
ij. legno aloë drac j. mosco, ambra an scr. j. zuccaro al
peso triplicato, d'ogni cosa fà poluer, & prendi do-
pò al pasto vn, ò due cucchiari: se ne fà acqua sti-
lata co'l vino ottima à tutti i soua scritti mali, &
à dolori colici, come ancor matricali.

AGRESTO. Cap. XI.



Agresto è freda interzo, & secco in
lecondo, & è astringente: Confor-
ta il stomaco, induce l'appetito;
proceduto da calore, estingue il ca-
lore del fegato, rimoue la sete; restringe il vo-
mito, & il flusso del ventre, & manco astringe
se si mangia cotto. Il suo sugo inspissato al
Sole alla spessezza del melle, ha le predette in-
tentioni, & è buono per i condimenti per ren-
dergli saporiti: Se ne fà syròpo buono contro
gli veneni caldi, & febre pestilentiali: rimoue
la sete, osseruando le soua dette conditioni.

ANNOTATIONI.

S'Vsa l'agresto in luogo di sugo di limoni, & ci-
troni su le viuande, & si conserua purificato
da

REGOLE DELLA SANITA. 77

da villani, come ancor cotto per l'uso di tutto l'anno, & massime per il tempo di quadragesima, corregge la mala qualità de' fongi, con esso si conservano molti frutti. Il condito quieto la sete & il vomito. Più astringente per uso di medicina è quello di lambrusca: Se ne fa ancora del berberi, utile alli dysenterici.

DEL PISANELLI.

CHe sia fatto d'vua acerba auanti ch'entri *Elezione.*
la Canicula, secondo, che insegna Dioscoride: ouero secondo l'uso commune, purché sia chiaro.

Gioua mirabilmente l'estate à smorzare la *Giuuamenti.*
colera, à svegliar l'appetito, & à quelli, che sono di calda complessione, e di stomaco gagliardo.

Stringe gagliardamente il petto, e fa venire *Argumenti.*
la tosse, & è anco molto nemico à i nerui, & à chi patisce dolori colici.

Vsandosi in compagnia delle carni, ò d'altri cibi caldi, grassi, e dolci. *Rimedio.*

E freddo nel primo grado, & secco nel secondo. *Gradi.*

Si deue usare l'estate ne i tempi molto caldi: e conferisce à i giouani, & à i colerici: ma *Tempi, Età, Complessione.*
è inimicissimo de' vecchi, e de' flemmatici.

HISTORIE NATVRALI.

L'Agresto si chiama da' Latini *Omphacium*, conferisce à gl'infiammati, & à gli abbrugiati,
più

più che l'aceto; conuiene molto à i corpi colerici, & à i sanguigni. In alcuni luoghi si caua il succo da' limoncelli, e da gli aranci aceti, e si serua per l'uso d'agresto, & riesce più grato. L'agresto vuol hauer del color citrino, che tirì al rosso. Rinfresca potentemente doue bisogna. I cibi caldi, secondo Auicenna, come sono i colombi, si deuono mangiare con molto agresto, e così tutti gli altri caldi. Sopra i pesci si ponga con spezie calde.

L'agresto è più freddo, ò manco freddo, secondo che sono l'ue, da' quali vien spremuto, perçioche si suol comunemente spremere d'ue seluatiche, chiamate lambrusche, & questo è molto freddo, il qual più presto si deue adoperar per medicina, che per condimento de' cibi. Secundariamente si suol fare di buone uee mal mature, & quanto l'ue saranno migliori, sarà miglior l'agresto, & è più conueniente ne' cibi, che'l primo, per esser più confortatiuo allo stomaco. Terzo, si suol far d'uee, che non sono mature, mà che più s'approprinquano alla maturità, che l'altre, & questo non è così freddo de gli altri, & si può vsar ancora con minor danno de gli altri due.

DEL L'ACETOSA. Cap. XII.

Quattro spe-
zie d'aceto.

L'Acetosa è di quattro spetie, le due maggiori, cioè il lapatio acuto piccolino, & il rumice grande, di raro si vsano ne' cibi, l'altre due si vsano nell'insalate, & il suo sugo si condisce co'l zuccaro. Di queste l'vna nasce in luoghi incoltiui sterili, & specialmente in luoghi arenosi, & sassosi,

REGOLE DELLA SANITA. 79

fassosi, produce le foglie simili all'ungia del detto grosso, & mentre, che essa vâ crescendo, & è dominata dal Sole, acquista alcune venule rosse nel suo stipite, & foglie, & volgarmente è chiamata falsetta. L'altra spetie nasce ne' luoghi fruttiferi, & alla sembianza del piccolino trifoglio, & è chiamata acetosella, ò vero al-
 Icluia; Alcuni dicono, che del sugo di questa se ne fa il Rob de Ribes, che in virtù è simile all'agro di cedro, che tanto è lodato nel tempo di pelle: queste due spetie d'acetosa sono fredde, e secche nel secondo grado, generano laudabile humore, rimoueno il fastidio dello stomaco, aguzano l'appetito, smorzano la sete, confortano il cuore, il syropo fatto co'l sugo di queste hà l'istesse virtù, che il syropo di cedro, cioè del sugo di cedro, & gioua assai à quelli ch'hanno il fegato molto caldo, giouano anco al flusso colerico del ventre, alla dysenteria, & al dolor de' denti, che procede da materie calde, lauandosi la bocca con la decoction d'essa, la sua decoctione vale ancora à guarir la rognà, lauandosi in essa, l'vso d'esse nelle minestre con altre herbe, ò vero nell'insalata nel tempo dell'estate, ò pestillète è buonissimo, & vtilissimo, come ancora il suo rob, & syropo,

4

Acetosella.

Alcluia.

Virtù delle due Acetose.

ANNOTATIONI.

Queste due spetie d'acetosa vltime, quali scrive il Benzo non s'vsano in Piemonte, se ben s'vsane' cibi. dell'vna, e dell'altra spetie se ne ritroui in copia, cioè

Acetosella nō

s'vsane' cibi.

80 REGOLE DELLA SANITA.

Pan di cuculo mata acerosella, & è la seconda specie del Manthio-
lo. La seconda è chiamata pan di cuculo, o trifoglio acetoso, e questa nasce copiosa nelle valli, & gio-
ua mirabilmente alle febri ardenti, maligne, & pe-
stilentiali, & è molto lodata dal Fracastorio nel tempo
Rimedio con- di peste col suo Diascordio; Quella che è usata ne'
grata peste di cibi, cioè nell'insalate, & ne' guazeti è la prima
Fracastorio. descritta dal Manthiolo, la quale nasce copiosa ne'
Acetosa usa- prati, & vien mangiata da figliuoli mentre ch'è
ta in Piemon- tenera, & se ne fa sugo, che aromatizzato col Dia-
te. margariton freddo, gioua à sopradetti mali: il suo
seme si mette nelle polueri cordiali, l'acqua destila-
ta acquieta la sete, & vale all'ardor delle febri.
Tutte l'altre specie de rumuci cotti monono il ven-
tre.

DEL PISANELLI,

Elettione. Che sia nata, & coltiuata ne gli horti, &
non nelle campagne: & che non rossieg-
gi ponto; mà che sia tutta verdegiante.

Giouamenti. Smorza l'ardore della colera, & estingue la
sete, è ottima nelle febri ardenti, e pestilentia-
ti, incita l'appetito, e sana il flusso.

Nocumetri. Nuoce à i melanconici, & inaspriſſe lo ſto-
maco, & à chi l'vſa di continuo rende il cor-
po ſtitico.

Rimedio. Mangiàdoſi nell'insalata, in meſcolàza d'al-
tre herbe, trà le quali ſia la lattuca, ch'è humi-
da, e la menta ch'è calda.

Gradi. E fredda nel primo grado, e ſecca nel princi-
pio del ſecondo.

Tempi, Età, E buona ſolo ne' tempi caldi, nelle infer-
mità

REGOLE DELLA SANITA. 81
mità calde, per i giouani, per i colerici, e per i *Complezione?*
fanguigni.

HISTORIE NATVRALI.

L'Acetosa è molto grata nell'insalate crude mescolata, per rispetto del sapore brusco, ch'ella tiene: onde in Lombardia volgarmente si chiama herba brusca, & è molto aggradeuole al gusto, e ancora ottima nelle febri ardenti, e pestifere; perche smorza valentemente la colera, cava la sete, e resiste alla putredine, usando la sua decottione, o in acqua, o in brodo: ouero la sua acqua distillata, ouero il syropo, che si fa del succo: e ancora per la sua stiticità ottimo rimedio per le dysenterie, e per tutte le specie de' flussi. Hà ancora virtù d'incitare l'appetito, però molti se la mangiano così cruda co'l pane. Non è stata conosciuta da gl'Antichi, & da' Greci moderni è detta Oxalis.

Trouo, che la foglia dell'acetosa cotta nella cenere calda hà virtù singolare di risoluer, & di far spontar i tumori de' gli occhi. Il suo seme poluerizzato, & beuuto con acqua, o vino, ferma le dysenterie, & essa infusa in aceto, & mangiata à digiuno, è preseruatiua dalla peste, le cui foglie ben battute, & messe sopra i polsi, mitigano l'ardor della febre. Essi herba conserisce à mitigar i dolor de' denti causati per discesa d'humor caldo, se co'l decocto di tal herba si lauara la bocca.

DELLI ACRUMI. Cap. XIII.

GL'Acrumi sono di molte specie, le quali *Acrumi:*
demonstrarò in vn sol capo, mà prima
F transgre-

82 REGOLE DELLA SANITA'.

Diuerſi effetti fanno gl'aueruni.

Alcune coſe impietraſte giouano, che ſolte per bocca anellenano.

Danni per l'imbellitarſi il volto.

La cauſa perche alcune coſe ſolte per bocca, & applicate di fuori facciano diuerſi effetti.

transgredirò l'ordine per li diuerſi effetti d'eſſi, che per la diuerſa applicatione al corpo noſtro, ſogliono cauſar diuerſi effetti : alcuni di eſſi mangiati nutriſcono, & generano buon ſanguine, & inducono ne' noſtri corpi buoni effetti, comel'aglio, cipolle, & ſimili coſe, le quali à modo d'empiaſtro applicate impiagano la cute, & poſte ſopra le piaghe inducono uelenoſi effetti; Alcune altre coſe ſono, che mangiandole, ò beuendole ſono uenenì, & inducono morte, come argento uiuo, ceruſa, piombo, & coſe ſimili, le quali epitimate, & impietraſte di fuori non fanno nocumento alcuno, e ben uero, che il continuo uſo, come hanno prouato molte Dōne; per parer più belle, quando ſ'inuecchiſcono, gli caſcano li denti, & per l'alteration d'eſſi diuentano negre. Altre coſe ſono, che tanto applicate di fuori, come preſe per bocca inducono buoni effetti, la cauſa perche l'aglio, & cipolle poſti di fuori eſulcerano, & mangiati nutriſcono; è perche le coſe quali operano virtualmente nel noſtro corpo, non inducono i loro effetti, ſe non ſi riducono dalla potenza all'atto dal calor naturale del noſtro corpo, la onde la cipolla, e ſale ulcerano la carne uiua, e la corrompono, e conſeruan la carne morta dalla putredine; perche non v'è più calor naturale, che riduca la loro ulceratiua potenza all'atto, come nel corpo uiuente, & dal calor rimieſſo la virtù ulceratiua dell'aglio, & della cipolla ſi riduce ad'atto, & perciò poſti di fuori eſulcerano, mà di dentro, oue il calor è più forte, e più acuto, conſuma,

&

REGOLE DELLA SANITA. 83

& risolve la loro virtù ulceratiua, & l'altra sostanza, che rimane, si conuerte in sangue, e nutrimento. Il calor naturale aiuta ancora di dentro à prohibir, che non vlcérino auanti che tal nutrimento si risolui; perche gl'acrumi per il più si mangiano con altri cibi, & con essi mescolati, & permisti con gl'humori nello stomaco non si fermano in vn solo luogo, come fanno esteriormente ligati, che continuamente stano affissi in vn luogo; mà l'argento viuo, e cose simili, come la cerusa sono di contrarie dispositioni; perche sono composti di parti dense, & congiunte, la onde hanno di bisogno d'vn calor intenso, accioche la sua virtù si riduchi ad'atto, però di fuori applicati nõ vlcerano; per esser il calor dell'acuto rimesso, & non hanno parti acute, e sottili penetratiue nelli pori della cute, come la cipolla, e l'aglio: mà se son presi per bocca dall'intenso calore son ridotte dalla potenza ad atto, la onde secondo la determinata potèza di ciascuno sogliono indurre mali, ò vero mortali effetti.

Perche la cerusa, argento viuo, & cose simili amazzino.

Quando si dice, che l'aglio, cipolle, e cose simili sono vlceratiue, si deue intender epithymate, ò vero di fuori applicate sopra la cute, se ben alcune volte s'intendono di dentro riceuute. Non si deue dunque marauigliare alcuno, se alcune cose, come aglio, cipolle, & simili cose sono cibo tolte di dentro, & fuori veneno: altre come argento viuo, cerusa, litargirio, & cose simili di dentro son veneno, & applicate di fuori, alle piaghe risanano. Hor ritornando al nostro proposito tratterò dell'aglio.

Come si debba insedere, quando si dice, che l'aglio, cipolle sono vlceratiui.

DE L' A G L I O .

*Aglione sue
virtù, & no-
cimenti.*

L' Aglione è caldo, e secco nel principio del quarto grado, e ulceratiuo, & adustiuo, l'uso superfluo d'esso graua la testa, & genera dolori ad essa, debilita il viso, nuoce a' corpi di temperamento caldo, nuoce più crudo, che cotto à l'esso; perche non scalda tanto, rettifica gli nocimenti dell'acque guaste, scaccia via le ventosità, e theriaca alle complessioni fredde, amazza gli vermi, risolue gli humori flemmatici, tien lubrico il ventre, schiarisse la voce, asperge l'esophago d'ogn'immonditia, gioua à dolori di petto, & alla tosse vecchia, escita il coito, mangiato in poca quantità; perche mangiato in troppa quantità imminuisce il seme per la sua calidità, & siccità: gioua mirabilmente al morso d'animali venenosi, & de' cani rabbiosi.

DEL PISANELLI.

Elettione.

Q Vando nasce da principio la quaresima, per compagnia dell'insalate, ouero secco per riporsi, e ch'habbia molti germogli, e nodi,

Giouamenti.

Quando è tenerello, corregge la frigidità, e la humidità dell'insalata, secco contra il ueleno, chiarisce la voce, amazza i vermi, prouoca il coito, e l'vrina.

Nocimenti.

Nuoce alla virtù espulsiua, al ceruello, alla vista, al capo, e fa venir sete, nuoce alle donne granide, & rinoua le doglie vecchie, e fa adustione di sangue.

Cuo-

REGOLE DELLA SANITA. 85

Cuocasi fin tanto, che perda l'acrimonia: & Rimedio.
se hà le virtù più deboli, nō ritiene più malitia,
e poi mangiandosi con oglio, & aceto, ouero
con l'altre viuande.

E caldo nel quarto grado, & secco nel terzo. *Tempi, Et,*

E buono ne' tempi freddi, per i vecchi, per *Complezioni.*
i flemmatici, & cattiuo per i giouani, & per i
caldi.

HISTORIE NATVRALI.

L'Aglio è singolarissimo rimedio per quei che nauigano; per leuare la putrefattione, che nasce da i pessimi odori puzzelenti delle sentine, e dall'acque, & da i cibi corrotti, che per necessità s'inghiottiscono. Et è anco buono perche dona rigore à quelli, che menano i remi: e però si mangia comunemente da tutti quei che sono in mare, la mattina subito ch'è giorno, & anco perche resiste alla nausea causata dall'agitatione del mare. L'aglio taglia gli humori grossi, apre l'opilationi, sana la tosse causata da frigidità; mà infiamma gl'humori, e la testa, mangiandosene molto crudo: e cuocendosi perde la malignità: benchè le sue virtù nel cuocerlo, diuentino più deboli: Sana la morsicatura del cane rabbioso: mà risueglia le doglie in quel membro, che patisce infermità. Consuma il catarro falso nello stomaco, mà nuoce alle morici, & alle donne, che allattano.

L'aglio è la theriaca di coloro, che hanno la complessione fredda, mangiandone alquanto cotto, percioche amazza i vermi nel corpo, risolve gl'humori flemmatici, tiene il ventre lubrico, chiarisce la

86 REGOLE DELLA SANITA.

voce, & tiene netta la gola da ogni immonditia. Se l'aglio si mangiarà à digiuno, sarà la theriaca de genti rustiche in tempo di peste, & contra altri veneni. il simile opera applicandosi in forma d'empiaastro sopra il morso d'un can rabbioso.

L'empiaastro fatto d'aglio, sale, & aceto, fà morir le lendini, & pidocchi, contra il mal de' denti, causato per srigidità d'humori, niente è meglio, che di tener' in bocca aceto, ò decottion d'aglio, & messa ne' crestieri vale alla sciarica, scaccia le sanzughie attaccate à qual si voglia parte dal corpo. Et per leuar l'odor dell'aglio, si deuono mangiare appresso saue fresche, ò vero appio verde, ò foglie di ruta fresca.

DELLA CIPOLLA.

*Cipolla sue
virtù. & no-
cumenti.*

LA cipolla è calda in quarto, & humida in terzo, e la rossa è più calda della bianca, e la cruda più che la cotta: genera grosso nutrimento, e poco, la cotta è manco dannosa, e aperitiua, altertiua, infiamatiua, & induce sete: lo superchio uso della cipolla genera dolore, & grauezza di testa, e tal volta induce sogni terribile, & nuoce all'intelletto, produce mali humori nello stomaco, produce quantità di salua, mangiandone in poca quantità conforta lo stomaco debole, induce appetito, escita la libidine, & accresce la materia per la sua humidità, vale contro alli veneni, & corruptioni, & in quelle facoltà è simile all'aglio.

DEL

DEL PISANELLI.

CHe sia nata in luogo acquoso, che sia grossa, che habbia molto succo, e che sia di forma rotonda, come sono le Gaetane, che vengono à Roma. *Electione.*

Aiuta il coito, genera sperma, & latte, fa venire buono appetito, & è contra il nocumento, che si acquista per la mutatione dell'acque. *Gionamenti.*

Cruda mangiata in molta quantità, fa dolere la testa, infiamma il sangue, & nuoce all'intelletto. *Nocumenti.*

Stia per vn gran pezzo infusa nell'acqua fresca, tagliata in pezzi, e poi si cuoca ben bene, che così perde ogni malignità. *Rimedio.*

E calda nel terzo grado, e secca nel secôdo. Nuoce ne' tempi, all'età, & complessioni calde, mà gioua alle contrarie. *Gradi. Tempi, Età, Complessioni.*

HISTORIE NATVRALL

LE più grandi, e più dolci cipolle, che siano in Italia, sono quelle che da Gaeta si portano à Roma, e si conseruano tutto il verno. Si tagliano, e si pongono in infusione nell'acqua fresca, che diuentano dolci come pere. Si fanno ancor grossissime, & eccellentissime in Romagna in vn luogo detto la Massa de' Lombardi. Le rosse generalmente sono molto più dolci, che le bianche, anzi queste come fortissime non si mangiano se non cotte. Quāunque Dioscoride scriua tutto il contrario, il che è forse vero in Grecia, & al tempo suo. La cipolla

assouiglia gli humori, fa buon appetito, e buon colore, mà offusca la vista, è cibo da chi hà le carni dure, e melio s'affatica. La cipolla longa è pessima dell'altre. Hà la cipolla sua sostanza grossa, ventosa: apre le nari, fa l'huomo colorito, accresce la lussuria: mà cona perde ogni malitia, e diuenta bonissima. Il troppo vsarla induce sonno profondo, mangiasi cotta co'l petrosello.

Il succo della cipolla tirato per il naso, purga il cervello: meschiato con grasso di gallina disseccale mulle, guarisce i calli: applicato con vna pezza sù le scottature, leua il dolor del fuoco. La cipolla pestata con melle, & sale, è singularissimo rimedio contra il morso di cane arrabbiato, & altri simili animali, meschiato con grasso di gallina, leua le macchie rosse, & liside dalla faccia. Cotta nelle brachie, & meschiata con lenito, & oglio di gigli, sà maturar l'ensiaggioni, & secondo Mariano Santo, l'acqua distillata di cipolla bianca, & beuuta, rompe la pietra. Cauandosi dalla cipolla bianca di verso la radice la parte interiore, & riempita di iheriaca stemperata con succo di cedro, & serrata l'apertura, si cuocerà sotto le cenere calde, sin tanto, che diuenti molla, poi spremuta, & data à bere il succo à color, che hanno la peste, coprendosi nel letto, li farà sudare, & guariranno. Si caua similmente, & si empie di cumino, facendosi cuocer sotto la cenere calda, si preme il liquore per la sordità, mettendone nelle orecchie, poi serrandole con bombace, & altro.

DEL PORRO.

*Porro sue vir-
tù, & neci-
tuenti.*

IL porro è caldo nel terzo, & secco nel secondo, il suo continuo vso genera dolor di

REGOLE DELLA SANITA. 89

di testa, & fa far cattiuu sogni, corrompe gli denti, e le gingiue, e gli prouoca dolori, nuoce alla vista, posso il suo succo sopra il naso stringe il flusso del sangue, à far questo sarà più efficace, se gli mescolarete vn poco d'oglio rosato, & poluere d'incenso, & mangiato crudo rimuoue il rutto acetoso, apre l'opilation del fegato, e buonissimo mangiar il porro dopò l'hauer mangiato herbe fredde, come latughe, porcellane, e simili, astergeli pulmoni, gioua al petto, nuoce à chi hà gli reni vlcerati, ò la vesica, l'herba, & il seme escita il coito, e contra gli veleni, gioua come l'aglio.

DEL PISANELLI.

CHe sia domestico, nato, e coltiuato in *Electione.*
luoghi acquosi, ò che spesso si adacquino,
mà sopra tutto sia piccolino, e tenerello.

Prouoca l'vrina, & i mesi delle donne: fa *Gionamenti.*
vscire la ventosità, incita il coito, e cotto co'l
melle purga, e netta i polmoni.

Genera humori melanconici, offende la te- *Rimedio.*
sta, fa vedere sogni horribili, offusca la vista,
aggraua lo stomaco, e nuoce alle vlcere della
vesica.

Se si cuoce nell'acqua due volte, e si apparec *Grado.*
chia con oglio di mandole dolci, & appresso si
mangia lattuca, indiua, & porcellana.

E caldo nel terzo grado, & secco nel secòdo. *Tempi, Età.*

E pessimo cibo in tutti i tempi, à tutte l'età, *Complexioni.*
& à tutte le complessioni, e si deue dare à vil-
lani, che li mangiano co'l melle.

HI.

HISTORIE NATURALI.

IL porro è la peggiore viuanda, e la più detestabile, e vitiosa, che si possa usare; percioche fa dolere la testa; rompe, e corrompe le gengiue, & i denti; nuoce alla vista, morde lo stomaco, è di tarda digestione, genera molta ventosità. Solo hà di buono, che le sue foglie cotte, & empiastrate giouano alle dolorose enfiaggioni delle morici mirabilmente, ponendosi in modo di sopposta. Fa smagrire, ristagna il sangue, ch' esce dal naso. Il porro arrostito sotto la cenere calda, e mangiato supera il veleno de i fonghi malefici, e risolue la crapula, e la vbbriacchezza, ma nuoce à i nerui, e riempie la testa di fumi melanconici. Il suo succo posto nell'orecchio sana il dolore fatto da causa fredda, & è contra i dolori colici: ma è cibo da persone rustiche, e che molto s' affaticano. Gli antichi vsauano grand' arte in fargli crescere la testa, come le cipolle, che diueniuano migliori, e li chiamauano Settiui. Di questo modo di coltiuare i porri, accioche vengano grossi, scrive Columella all' vndecimo.

Il porro, qual vsiamo ne' nostri cibi è biasmato, per esser difficil da digerirsi, & perche causa cattini humori, però la malitia si leua preparandolo con oglio, & aceto. Mangiato con sale, purga il stomaco da humori grossi: pronoca l' appetito, & solue il ventre, si come afferma Thadeo Fiorentino, il quale spesso l' vsaua.

In olire se sarà mangiato auanti il pasto con melle, purga il petto, & chiarisce la voce, come ben gl' intese Nerone Imperatore, che quando cantaua bene,

REGOLE DELLA SANITA. 91

bene, attribuiua questo a' porri, percioche purgandola canna del polmone da grossi humori, venena a render la voce migliore: Per questo dicono ancora i scrittori, che genera latte alle nutrici. Produce ancora molti buoni effetti, applicato di fuori; percioche il sugo de' porri meschiato con aceto, & messo su'l fronte, ferma il flusso del sangue per il naso, come fa parimente l'istessa pianta, pestata con mirra, & sugo di piantagine. Vogliono alcuni, che se i porri non trapiantati saranno messi sopra il ventre de' putti scacciaranno i vermi, & del lor seme fattone profumo con gomma di cedro, ouero con cera, fa' uscir le tarle da i denti tarosi, & in somma vagliono i porri a tutte quelle cose, a che vagliono le cipolle.

DELLE SCALOGNE.

LE scalogne son spetic d'acrumi, & nelle Scalogne. proprietà sono simili alle cipolle.

DEL PISANELLI.

CHe sia piccola, somigliante alla radice del Narciso, sia rossa, dura, & dolce. *Elezione.*

Conferisce allo stomaco, quando per il so- *Gionamenti.*
uerchio caldo è debilitato, fa digerire ottimamente, & prouoca l'appetito.

Genera ventosità, moltiplica gl'humori *Nocimenti.*
grossi, fa dolere la testa, & induce sete, & sonno.

Si ammacca prima, e poi s'infonde per vn *Rimedio.*
pezzo nell'acqua, e poi si condisce con aceto

forte

92 REGOLE DELLA SANITÀ.

forte, oglio, & sale, e secco si pone la sal-
uia trita, & il petrosello.

Gradi.

E calda nel quarto grado, & secca nel terzo.

*Tempi, Età,
Complezioni.*

Nuoce à i tempi, età, & complessioni calde:
ma con l'apparecchio detto si fanno buone, se
si mangino in poca quantità.

HISTORIE NATVRALI.

LA scalogna acquista questo nome di Ascalo-
nia, per essere stata ritrouata copiosamente ap-
presso Ascalene Castello di Giudea, donde poi fù
portata in Grecia, e di mano in mano in Italia: doue
è molto grata nelle mense per primo pasto per sue-
gliare vn poco l'appetito, quando per il souerchio
caldo si è, à fatto perduto, e perche faccia ancora
più saporito il bere. Condita con la saluia trita, e
co'l petrosello come s'è detto, perde ogni acrimonia,
& malitia, e non se ne sente ne odore, ne nocumē-
to veruno. I Latini con voce generale la chiamano
Bulbo, ò radice tunicata. Ella è di natura assai si-
mile alla Cipolla, accresce il coito, e genera humori
grossi, e viscosi, e però non la deuono vsare se non
quei, che molto si affaticano. Fà digerire il cibo,
ma infiamma la lingua. Quei che l'vsano di conti-
nuo, sentono notabile accrescimento di sperma, e
gran prontezza allatto del coito.

Quanti all'vso delle scalogne, non bisogna sperarne
molto aiuto, ne giouamento, se non per coloro, che so-
no più anti alli piaceri, che alla sanità, perche in
somma le scalogne non seruono ad altro, che à inci-
tar le persone alla libidine.

DEL

DEL RAFFANO.

IL raffano, si troua di tre spetie, vno è domestico, il quale assolutamente si chiama radice: la seconda spetie, e il raffano, che hà le foglie crespe, come la radice, mà è più caldo, e più acuto, e si chiama volgarmente ramolazo: la terza spetie hà le foglie grande, lisce, quasi simili all'enula; ne fa in quantità, & è più acuto di tutte le altre spetie. Li nauoni, & rape son quasi di questa specie, tutti gl'Auttori vogliono, che tutte le specie di raffano sijno di caldo temperamento, secondo che più ò meno partecipano d'acrimonia: Mà nelle qualità passiuue, cioè nell'humidità, & siccità son quasi tutti discordi; perche alcuni vogliono, che sijno humidi, e altri secchi, nondimeno si vede, che più tosto partecipano d'humidità. Ogni forte di raffano, e di minor nutrimento, che le rape, per la loro acrimonia maggiore, & sostanza, che è di dura digestione: nuoceno allo stomaco, fanno ventosità, & ruttationi.

Il raffano mangiato auanti il cibo proibisce, che l'altro cibo non discenda al fondo dello stomaco, e per la sua ventosità lo tiene rileuato, & fa che nata soura esso. Prolonga la digestione, & genera vomito, & specialmente la decottione della scorza: mangiato appresso l'altro cibo, humetta il ventre, fa miglior digestione, fa penetrar più presto il cibo, minuisce le ventosità ascendenti, mangiato cotto gioua alla tosse antica, alla profocatione, causata

Raffano di tre specie.

Nauoni, & rape.

Discordia di
auttori intorno
alla qualità
del Raffano.

Nocumens.

Gionamenti.

causata per hauer mangiato fonghi venenosi: ogni specie di raffano incide la femina, laua, e deterge le reni, & vesica da grossi humori, rom-

Foglie di Raf pe la pietra, prouoca l'vrine, le foglie d'esso *fano, & sue* aiutano la digestione, & escitano l'appetito, *virin.* giouano al morso de' serpenti, & al morso della cornuta, amazza li vermi, tagliato il raffano in piccoli pezzetti, & essi posti sopra gli scorpioni gli amazza, & specialmente il seluatico, il simile fa sua decottione: hauendo il scorpione morficato alcuno, che prima habbi mangiato del raffano, non glifarà nocumento alcuno.

ANNOTATIONI.

Acrumi, che **C** Hiamal' Auttore acrumi tutti gl'alimenti quali *cosa siano,* sono acri, & per la loro acrimonia hanno facoltà incisua, e deterfiua, & presi per bocca non offendono, mà si ben applicate alle parti di fuori, applicati di in forma di cataplasmo, ò vero d'empiaastro, & con *Medicamenti* questa occasione tratta delli medicamenti, li quali *applicati di* fuori applicati non nuocono, mà se ben presi per *fuori, & solti* bocca, & le ragioni sue sono tolte da Galeno nel *per bocca fan* libro terzo de' temperamenti. L'aglio dunque, quan- *no contrarij* do è tenerello non è di tanta calidità, come quando *effetti.* è maturo, & all'hora si mangia con l'insalate, per *Galeno.* corregger l'humidità, & frigidità delle herbe: si mette ancora con l'acetosa, petrosilo, pan infuso nell'aceto per farne salsa; per mangiar con le carni, la *Aglio fresco,* quale escita l'appetito, gioua contro il morso d'animali venenosi, & al vitio dell'acque corrose. E vsato *Dalsa, & suoi* l'aglio da rustici, & da loro lodato in tempo di peste, *effetti.* *Aglio heria-* *ma de villani.* man-

REGOLE DELLA SANITA. 99

mangiato à digiuno in luogo di theriaca, & l'vſano
 empiaſtrato ſopra le cotifelle, & vale all'infeſtion
 dell'aria, mangiato prima cotto, e poi co'l melle, ò bu-
 tiro, gioua alla toſſe inuecchiata. Nuoue grandemē. Nuoue a pre-
 te alle pregnantī, & à quelle che alati ano augumē. gnanti,
 za il coito. Il più forte è quello chiamato bertone, ò
 maſchio d'vna ſola ſcaglia. Galeno ſcriue, che l'a-
 glio è buono per gli Franceſi, & per quelli ch'habi-
 tano in paefi freddi; percioche rende gl'huomini
 forti, & robuſti; perciò ſi dà à remiganti.

Si ritroua ancora nelle vigne di Liguria, vicino al
 mare, & à Nizza di Prouenza, vn aglio detto da
 Franceſi Aigl porreau, cioè aglio, e porro: da Lati-
 ni chiamato dalla voce Greca ſcordo praſon; ma non
 ſ'vſa ne' cibi, ſe ben che da gl'Antichi foſſe conſer-
 uato nell'aceto per vſo di tutto l'anno, & ancora era
 manco nociuo, come ſcriue Galeno nel ſecondo de
 Alimen. facult. il medemo dice il Mathiolo d'vn'-
 altro ſimile di Toſcana.

Le cipolle in Piemonte ſono di varie ſpecie, e le
 più lodate ſono quelle del Canauèſe, & ſpecialmen-
 te quelle che naſcono à Iurea, che ſono biancheggia-
 ti, & al quanto longhe, e dolci, il che auiene dalla
 varietà de' terreni; poiche in Piemonte ſono le roſſe,
 e rotonde dolci, & le bianche tanto acuze, che non ſi
 mangiano ſe non cotte, ò poſte à macerar nell'ac-
 qua freſca: di queſte ſe ne fa oglio; per li dolori
 delle orecchie, cauſato da frigidità, & queſto ſi fa
 cauando il germoglio di mezzo, mettendou dentro
 del l'oglio moſchelino di Nicolao, ò vero d'amando-
 le amare, di poluere di caſtoreo, ſtaſiſagria, zaſera-
 no di ciaſcuno vn poco, e poi ſi mettono le cipolle à
 cuocer nelle bragie, & ſi ſpreme il liquore, qual cal-
 do ſi

Cipolle d'Iu-
 rea.

Olio per li do-
 lori d'orecchie

Alle peste.

do si mette dentro l'orecchie; Vale ancor alla sordità, & al zifolar d'esse; Gionua ancora la cipolla cotta con iheriaca, à le aposteme, che vengono in tempo di peste. Le cipolle lunghe, e grandi dette da Toscani Maligirole, simili a quelli di Chieri, che si mangiano la Primavera cotte sono di più cattiuo sugo, come ancora quelle domandate da Francesi Ceconle.

Acqua di cipolla per la pietra.

Le piccole quali si mangiano crude nella Primavera non hanno tanta acrimonia: incitano l'appetito, generan copia di bile porracea. Si mitiga l'acrimonia della cipolla cuocendola sotto le bragie, e māgiandola con l'oglio, e vn poco d'aceto, ò vero co'l butiro per curar la tosse antica. L'acqua destillata con egual peso d'acqua vita scaccia le pietre dalle reni.

Li porri di raro se non da vilani si mangiano crudi co'l sale, mà cotti, nel brodo grasso di vitello, boue, & di montone: in Piemonte lodano assai gli porri cotti co'l brodo d'occa grassa, & le Donne gli usano con la zucca per temperar l'humidità d'essa: sono ventosi, grauanolo stomaco, & la testa, offendono la vista, & eccitan dolori. Cotti e mangiati con vn poco di Zaserano fanno partorir più facilmente.

Scalogna, & sua virtù.

Le scalogne da Francesi si chiamano Eschalottes, e Appetis; perche incitano l'appetito, non s'usano se non nell'insalate, & incitano grandemente il coito, sono buone alle reni, leuano le ostruizioni, assottigliano, & purgano gli crassi humori.

Raffano con l'oglio.

Il raffano se ben l'Autore faccia mentione di tre specie, nientedimeno si usa il radicchio, & il ramolacio radice crudi, ò vero con l'oglio, qual tempera la loro acrimonia, e sono ledati. Sono buoni i germogli.

REGOLE DELLA SANITA. 97

mogli teneri delle loro frondi, lodati da Galeno nel *Foglie, & ger*
 secondo de *Alimen.* que dice che nutriscono più della *magli teneri,*
 radice, qual biasma quelli che la dano dopò cena, &
 di quelle se ne fa minestra co'l brodo, qual gioia alle
 opilationi del fegato, & alle reni. Sono alcuni che
 mangiano il seme rinchiuso dentro le loro silique, cioè *Seme fresco co*
 quando sono verdi, per scaldar lo stomaco: vñ *sue silique, va*
 i Medici il seme, & la scorza cotta per far vomita- *gine.*
 re, e guarisce le febri terzane: il suo sugo dato al *Virid.*
 peso di due onze, con onze due di maluasìa rompe
 le pietre, & fa urinare, & il seluatico si vñ sola-
 mente per vso di medicina, & è potentissimo per
 romper la pietra nelle reni, e vesica. Buttandoui sa- *Effetto del sa*
 le sopra le fettuchie del Rasso, subito si dissolue il *le.*
 sal in acqua.

DEL PISANELLI.

CHe sia tenera, mà non dolce, anzi che *Electione.*
 morda la lingua, e sia acuta; perche più
 valentemente opera, e che habbia ben sentito
 il freddo grande.

Prouoca l'orina, e mena fuori le pietre, e *Giuuamenti.*
 la renella dalle reni, e dalla vescica, scalda lo
 stomaco, e chiarisce la voce.

Fa smagrire, muoue rutti puzzolenti, tardi *Notamenti.*
 si digerisce, offende la testa, infiamma il sangue
 genera pedocchi, nuoce à i denti, & alla vista.

Mangisi doppo pasto, che perde nella dige-
 stione ogni malitia: mà le sue frondi, & il cau- *Rimedio.*
 e si mangia uanti, perche muoue l'appetito.

E calda nel secôdo grado, & secca nel primo. *Gradi.*
 E buona ne' tempi freddi, per i giouani, e *Tempi. Età,*
Complezioni.

G per

98 REGOLE DELLA SANITA.
per quei che molto si affaticano, e sono di cal-
do stomaco.

HISTORIE NATVRALI.

LA Radice, che si mangia cruda communemen-
te, in alcuni luoghi si chiama Rauano, ò Raua-
nello. La domestica si può mangiare auanti pasto,
purche sia in poca quantità, perche risueglia l'ap-
petito, e fa sapere buono il bere, massime s'è vn po-
co acuto, e forte. Il ramoraccio ch'è seluaggio, ope-
ra valentemente, per esser molto caldo, e molto acu-
to: mà è cibo da persone, che siano essercitate, e che
molto s'affaticchino. Non si hà da mangiare auan-
ti pasto, perche tira à se il cibo, e lo fa star sospe-
so, ond'è molto atto al vomito. Mà dopò pasto aiu-
ta la digestion, e fa orinare. La radice nuoce alla
vista, mà la sua acqua distillata, & inflillata sana
il male de gli occhi, suole accrescere la ventosità à
quei ch'hanno i dolori colici, le frondi sanano i lini-
di delle percosse.

Perche le radici, ò sian rauanelli generano rutti
puzzolenti, secondo, che discriue il Pisanelli, essi si
prohibiranno, se non ch'appresso hauer mangiato il
rauanello, si mangi qualche cimetta d'Isopo, ò di thi-
mo, ò di origano, ò che essi si mangino con oglio, &
auanti gli altri cibi; onde dice quel Poëta. Et sunt
ante cibum, qui magis apta probent. Come vuol
anco Galeno, ch'à questo modo discendono facilmen-
te, muouono il corpo, prouocano l'vrina, & fanno
che i cibi si distribuiscano, & digeriscono per le ve-
ne, ancor ch'essi siano difficili à digerirsi, per il su-
goda lor generato, qual'è cattiuissimo, & soglio-
no, à

no, à chi ne mangia, assai prouocar' il vomito, per-
uerter lo stomaco, portar dolor di testa, & generar
catarro; perciò dice si volgarmente, Rafanus di-
gerit, & non digeritur, cioè causa digestione, &
esso è difficil da cuocersi, per il suo sugo cattino, &
puzzolente, come appare per l'essempio, che ma-
cerandolo nell'acqua, la corrompe, & putrefa, &
per i rutti, ch'induce (da' quali ogni ciuil persona
deue guardarsi) vorrei, che si mangiassero auanti
il pasto, contra il Pisanelli, & Dioscoride, ilche non
trouo però, che sia contra Galeno, perche l'vno par-
la della distributione, ò sia digestione, & l'altro del-
la concottione. Ne si facci tanta differenza trà la
radice, ò sia rauanetto, & il ramoraccio, che l'vno
si debba mangiar auanti il cibo, & l'altro dopò, co-
me vuol il Pisanelli, chiamandol' vno domestico, &
l'altro seluatico, mà tenendoli tutti due d'vna qua-
lità, lodarei à chi ne mangia, d'vsarli in poca qua-
rità, & auanti gl'altri cibi, & non far, come sole-
ua già far' vn Medico al qual piaceua tal cibo, che
per accordar Dioscoride con Galeno, ne mangiana
parte in principio del pasto, & parte appresso.
Apportano oltra ciò molte commodità per la sanità
de gl'huomini, percióche l'acqua stillata del raffa-
no nel bagno di maria, poi ritornata di nuouo sopra
la feccia restata nell'ambicco, & reiterata per tre
volte, & fatta poi seccar la feccia, & messa in
poluere, & data con quell'acqua, prouoca mirabil-
mente l'vrina, & rompe la pietra. Le foglie cotte
in minestra in luogo de' caoli, risoluono l'opilationi
del fegato, & della milza.

il sugo beuuto al peso di due oncie con maluasìa,
fa urinare. La scorza al peso d'vn'oncia con mer-

100 REGOLE DELLA SANITA.

corella, & quattro grani di zafferano, & dramme due di sugo di sauina, con vna drama di cinamomo, peste tutte nel mortaio, legate in vna pezza, & applicate alla matrice della donna, la farà partorire, & se'l sugo si mescolara con oglio di mandole, & vin bianco, & vn poco di coloquintida, & si farà bollire, leuarà il rumore, ò sia il suono, che dentro l'orechie si sentirà mettendolo caldo co'l sugo: se ne farà anche il syropo ottimo ripar per le reni.

DELL'ACETO. Cap. XIV.

Aceto, e sue
qualità.



Aceto è composto di diuerse parti, cioè di parti calde, & acute; mà in esso signoreggia la frigidità, e siccità intensa. Molti sono, che dicono, che per la parte calda mista fa, che sij freddo in primo grado, & secco nel terzo, altri sono che lo fanno freddo nel secondo: l'aceto con le cose fredde raffredda, & con le calde scalda, se sarà però in minor quantità; & questo fa ch'essendo misto con cose calde, per la virtù sua penetratiua, fa penetrar l'altre cose: è l'aceto nemico à nerui per tre ragioni, cioè per la sua frigidità, per la sua mordicatione, & per la sua facoltà penetratiua, la quale fa penetrar gl'altri humori nelli nerui; perciò nuoce à paralitici, spasmosi, & podagrici.

Nocumenti.

L'assiduo
uso dell'ace-
to esser catti-
uo.
Virtù.

L'assiduo suo vso debilita il vedere, raffredda la lufuria, diminuendo la sua materia, rettifica l'aria putrida, spargendolo, rimuoue il nocumento dell'acque putride, & se ben l'agresto, acetosa, corniolata, sugo di

li citrino, e cedri habbino maggior forza di refrigerare, che l'aceto, non sono però tanto forti nel penetrare; perche gli manca la parte acuta, è penetratiua, come dice Galeno nel libro quarto de semp. che volendo refrigerar lo stomaco, & l'ardor delli Hypochondrij è meglio il sugo dell'agresta, e simili; perche la frigidità dell'agresta non è violenta, & vlceratiua, non ha parti di calor mordace mescolate; perciò volendo refrigerar le parti più remote dello stomaco, è più proprio l'aceto; per hauer virtù ha questo propriata, e fa via à gl'altri medicamenti, per condurli alle parti remote, per questa ragione l'aceto immagrisce, estenua, e dissolue i corpi, gioua l'uso d'esso à colerici, nuoce à melancolici; perche genera humori adusti, e melancolici; perciò nuoce à leprosi, & rognosi: aiuta la digestione, prouoca l'appetito, e contrario alla flemma, tagliandola, e corrodendola, repugna à mali humori, che non corrino allo stomaco, conferisce alle scottature di fuoco, & a' dolori d'esse, gli souiene in vn subito fomentato, beuuto, e odorato, gioua à quelli che hāno beuuto l'opio, iusquiamo, ò simil cose. Lo loda Auicenna, vltato frade' cibi alla peste: si leua il suo nocumento facendolo cuocer; perche gli diminuisce sua frigidità, e propriamente mescolato con vn poco di melle, & con vna libra di passula, se gli leuarà la maggior parte de' suoi nocumenti.

Galeno.

Immagrisce.

Contro veneni freddi.

Auicenna.

Come si leui la sua malitia

ANNOTATIONI.

Disputarono gl' Antichi Medici delle facoltà, e qualità dell'aceto, & quanto alle qualità pass- *Contrarietà dell'aceto.*

sue della siccità sua tutti sono concordi, quando poi al resto sono differenti, e ben vero che la maggior parte conclude, che sia freddo, nientedimeno

L'aceto esser si deue distinguere secondo l'età, e secondo la forza del vino, del qual egli è fatto; per che l'aceto molto in varj modi. vecchio è manco caldo, che il fresco, & quel del no gagliardo, è più forte, e più caldo, che quel fatto di vino debole. L'aceto varia sue facoltà

Varia sue qualità secondo gli medicamenti, che si sogliono macerare dentro; ma gl'aceti medicati, che hoggidì s'vse sono il rosato, sambucino, cariofilato, passulato, si mettano dentro. scyllino.

Aceto rosato. L'aceto rosato gioua à grandi dolori di testa per nelli epithemi per la fronte solo, d'è vero con oglio rosato, & b'anchi d'oui, l'vso ancora ne' cibi per condimento, & questo è più refrigerante, che il semplice: s'vsa final aceto con piccoli colombi per temperar il loro calore, incita l'appetito, e conforta stomaco. Il sambucino è ancor esso molto refrigerante, e buonissimo alle scottature del fuoco, & s'vse nelle epithemi cordiali: il cariofilato è buonissimo cuore, & nel tempo di peste tanto odorato, come per bocca è utilissimo, & si fa con gli fiori di cariofilo.

Aceto scyllino. Il scyllino hà molte virtù, & particolarmente dissipa la flemma, taglia l'umor melancolico, leua dal corpo ogn'immonditia, & non lascia generare ostruizioni nelle parti naturali, libera dall'infermità croniche, & specialmente del capo, resiste à veneni, corrobora le parti naturali, guarisce l'infermità della bocca, e gingiue, e Pitagora si conservò sano per molti anni col vso del detto aceto. L'ossimele fatto con esso, & melle non nuoce poi tanto allo stomaco.

Pitagora.

REGOLE DELLA SANITA. 103

Il passulato l'usano quelli che patiscono infermi- *Aceto passa-*
tà del thorace, e pulmone, & molti ne fanno ace- *lato.*
to con la sena in esso macerata, qual usato nell'in-
salate, è buono per tener lubrico il corpo.

L'aceto del vin de' Codogni, e del vin de grana-
ti è assai più astringente, & non nuoce tanto allo
stomaco, & altre parti nervose: gioua all'acute fe-
bri posto nell'insalate.

I settentrionali usano quel di Birra, e Medon;
mà non è così buono, come quel fatto del vino.

DEL PISANELLI.

Che sia fatto di ottimo vino, che sia vec- *Electione.*
chio, & se si può, che dentro ci siano le
rose.

È ottimo per smorzar l'ardore della colera, *Gionamensi.*
e la sete: fortifica le gengiue, risueglia l'appeti-
to, & incide la flemma.

Nuoce molto à i nerui, & alle donne, che *Necumensi.*
patiscono male di matrice, è pessimo per i ma-
cilentanti, punge lo stomaco, e le budella.

Mescolandoci seco acqua, & zuccaro in *Rimedio.*
molta quantità, ouero vua passa dolce.

È freddo nel primo grado, & secco nel secô-
do, quantunque sia di contrarie qualità com-
posto.

È gioueuole ne' tempi molto caldi per i gio- *Gradi.*
uani, e per i colerici: nuoce à i vecchi, & à quei *Tempi, Età,*
che patiscono ne' nerui. *Complexioni.*

HISTORIE NATVRALI.

Tutti i Filosofi s'accordano nella siccità dell'ace-
to, mà nel resto sono differenti, perche lo
pongono alcuni freddo, perche smorza l'ardore del-

101 REGOLE DELL'A SANITA.

la colera, & altri lo pongono caldo; perche buttato sopra la pietra bolle, e rompe la pietra, però si può dire, che la sua calidità sia in potentia, e la frigidità sia in atto dominante: e quanto manco egli è forte, tanto più è freddo. E nemico à i melanconici, & a' stomachi freddi, e particolarmente alle donne, per rispetto della matrice. Se si beue caldo fa resistenza alle beuande venenose, mà beuuto in quantità genera l'hidropisia.

Vogliono alcuni, che se in vn vascello di aceto si metterà al tempo delle vendemie vna secchia di mosto, che lo renderà più forte, & migliore: & le pietre affocate poste nell'aceto, lo renderanno più potente, così il pepe trito. Et al contra io se il vino, che viene acetoso, si vorrà conservare, ò ritornare nel pristino suo esser, si deue tramutar in vn'altro vascello, che sia buono, & mettergli vna quantità di feccia di vino, & mescolarlo insieme, lasciando lo così ventiquattro hore, poi fatto chiaro, cauane, si trouarà il vin buono, come prima. Alcuni gli mettono farina di castagne, altri di ceci, altri di mirto, & ogn'vn di questi fa l'effetto sopradetto.

DELL'ACQUA. Cap. XV.

Acqua la più lodata.



A miglior acqua è quella che non hà odore, ne sapore; perche queste qualità sono passioni del mosto, la più lodata è quella, ch'è di più leggiero peso, e similmente quella che per sua sottilità, e rarità tosto si scalda al fuoco, e tosto si raffredda all'aria, similmente quella nella quale subito si cuoceno le cose, & subito si

to si dissoluo-
no , & che prontamente descen-
de dallo stomaco . La lingerezza dell'acqua si *Come si cono-*
conosce , ò per il peso , ò per la misura , ò per *sca la linge-*
gl'infusion de due pani di lino nitidi , ò di fel *rezza dell'ac-*
tro , ò di cotone netto , quella il cui feltro più *qua.*
presto si disecca , e da poi l'eficcatione resta più
mondo , e più lingiero , si giudica più lingie-
ra , e migliore . Frà tutti gl'elementi l'acqua sola
entra nel condimento delle cose , che si man-
giano , e beuono . L'acqua acquista bontà , ò *Bontà, e mali-*
malitia secondo la sua origine , ò secondo il luo *ria dell'acqua.*
go doue si ferma , ò scorre , ò per la sua decot-
tione , ò vero per la permission delle cose , che si
mescolano con essa . La più lodata acqua è quel-
la di fontana , che scaturisce dalla terra , per
esser più sottile , & purgata , che quella che sca-
turisce dall'arena lapidosa , se ben questa sia
meno atta à putrefarsi . Il simile dell'acqua mi- *Acqua mine-*
nerale , e più lodata quella che scaturisce , ò pas- *rale.*
sa per miglior minera ; perche quella che passa
per la minera d'oro , ò d'argento , è miglior di
quella , che scaturisce dalla minera del piombo ,
nitro , sale , ò alume , ò altri simili , & quanto
più la minera è buona , tanto più l'acqua è per-
fetta , & di miglior virtù . *Virtù.* Quanto alle virtù
dell'acque minerali ; perche sono medicinali ,
non ne tratterò al presente . Oltre di ciò l'ac-
qua che stà sempre ferma , è peggior della cor- *Acqua sta-*
rente ; perche più tosto s'altera , & si corrompe . *gnante.*
Così ancora l'acqua , che giace sopra la terra ,
tanto più è peggiore , quanto più stà sopra il fan-
go puzzolente . Quella de' pozzi ; perche stà fer- *Acqua de'*
ma , e più vicina alle vorragini della terra , è *pozzi.*
peg-

peggiore che quella de fonti; mà miglior che quella de paludi, e quanto più è agitata, & cavata fuori dalli pozzi, tanto più fassi migliore. Quando ne' pozzi si mette qualche pocca quantità de pesci, fannol'acqua migliore; perche la muono continuamente, & si nutriscono di piccoli vermicelli natti dalla putredine; mà posti in gran quantità corrompono l'acqua; per queste ragioni, l'acqua de' pozzi nō è così buona, come quella di fontana. Il simile l'acqua di cisterne, se non si frequenta l'estrattione dell'acqua, non è così buona, come quādo se ne cava in quantità. Dell'acque correnti sono più lodate quelle, che corrono discoperte, che quelle che passano coperte, ò per canali di piombo; perche queste preparano il corpo al flusso dysenterico, & altri flussi di ventre. L'acque correnti ancora, che corrono scoperte in grande quantità, & con veloce corso, come sono gli fiumi grandi, son più lodate. Ancora è miglior quella che corre sopra il buon fango, nō puzzolente, e non palustre, quella che corre sopra le pietre: se ben ch'alcuni siano di contrario parere, & ciò senza ragione; perche il buon fango di corrente fiume, purifica l'acqua, la rende humile, & la fa più sottile, che non fanno le pietre. L'acqua de fiumi quanto è più distante dal suo fonte, tanto più è lodata, e buona, e specialmente beuuta à suo tempo; perche tali acque son più purgate dal fango per il suo corso, e moto. Così restano rotte dalla mistura del fango, e più sottili. Non si deueno ancora subito tolte dal fiume beuere; mà si deuo-

Acqua di cisterna.

Acqua fluviale.

Acqua di fiume.

deuono metter in vn vafe grande, & lasciarle
 ripofare , perche fi fepara il fango dall'acqua,
 & defcendendo al fondo del vafe, conduce fe-
 co le parti più groffe dell'acqua , & quella che
 ftà di fopra , la hypoftafi , è più propinqua
 all'acqua puriffima, & hà conformità con l'ac- *Acqua cotta*
 qua cotta al fuoco , che hà fatto refidenza del-
 le parti groffe, per la fequestratione dell'hypo-
 ftafi; Perciò concludono molti Medici, che nò
 fi doueffe mescolar l'acqua de' pozzi con l'ac-
 qua corrente; perche l'acqua de' pozzi per ftar *Non fi deuono*
 ferma , è chiara, e lucida , e non fa refidenza, *mescolar l'ac-*
 nondimeno è cruda , e groffa , e l'acqua di fiu- *qua de' pozzi*
 me hà le parti cenofe, le quali non farebbero *con la corren-*
 refidenza affottiliate in effa , e per quella per- *te .*
 miffione s'impedisce il defcenfo, & non fa refi-
 denza alcuna : fe ben che l'acqua di fiume fia
 migliore , che quella di pozzo, nondimeno
 ciafcuna da fe fola è migliore, che tutte infie-
 me mescolate . L'acqua acquifta ancora bon- *L'acqua fi rē-*
 ta maggiore per la decottione, & fe ben nella *de meglia co*
 decottione fi rifoluino alcune parti fottili del- *cendola .*
 l'acqua , nientedimeno per l'ebullitione del-
 l'acqua , ella fi diffolue, & fi rarefà, & quel che
 in effa s'aggregò per il freddo, fi diffolue per vir-
 tù del caldo del fuoco, & fi fa feparatione del-
 le parti più groffe dell'acque, dalle fottili, il che
 auanti la decottione non fi poteua fare. Il fuo-
 co non fottilia l'acqua; perche la natura del cal-
 do è di rifoluer le parti fottili; mà fequefta le
 parti più groffe dalle fottili. Laonde pono più
 facilmente defcender le parti terreftri, & à lo-
 ro refidenza foura natarà quella, ch'è più lin-
 giera,

*Acqua di ci-
sterna.*

*Qualità del-
l'acqua.*

*Acqua non
nutrisce.*

*Uso dell'ac-
qua.*

giera, e pura non oltà che l'acqua sij più gros-
sa cotta, che cruda, perche sij più oscura, & più
torbida; perche molto son differenti gli corpi
diafani, & opachi dalli grossi, e sottili; perche
il cristallo è più lucido, e più trasparente, che
molte acque, nondimeno è di più grossa sostan-
za. L'acque delle cisterne, che si ra cogliono
dalle pioggie, se ben che non sijno in quella
bontà, di quelle de' fonti, & ch'apportino
qualche nocumento al petto, & alla voce, non-
dimeno se saranno in gran quantità, & in buo-
ne cisterne raccolte sono di più perfettione è
bontà; perche sono lingiere, sottili, manco
humide, & manco inflatiue, che l'altre: han-
no qualche stiticità, e virtù di confortar li
membri, non nuoceno allo stomaco, nè al fe-
gato, mà più presto confortano: nientedime-
no si deue considerare, che per la loro sottili-
tà, presto si putrefanno; perche sono state ge-
nerate nelle nebbie, per la eleuatione de' vapo-
ri, perciò all'estate quando sono poche, & che
sono al fondo delle cisterne si putrefanno, &
all'hora si deue guardar l'huomo di beuer si-
mil'acqua; perche preparano febri, & putre-
fattioni, & febri nel corpo. L'acqua concio-
siache sij semplice elemento, & propinqua al-
la semplicità non si beue, perche nutrisca, sen-
do che l'acqua non si padisse, & per esser la di-
gestione, passion del misto; non può perciò
l'acqua esser riposta frà nutrimenti; Perche
l'acqua per esser elemento, non si può conuer-
tir in sangue, il quale bisogna sia composto di
tutti quattro gl'elementi, mà l'uso suo è di far
liqui-

REGOLE DELLA SANITA. 109

liquido il nutrimento, affottigliar la sua sostanza, & fà penetrar il cibo alle parti del corpo, e con la sua humidità, e frigidità obtunde l'attività del calor naturale, rimoue la sete, & impedisce l'ascenso de' vapori al cuore. Dicono alcuni, che accidentalmente, l'acqua conforta la natura nelle sue attioni; L'acqua nuoce à paralitici, spasmati, podagrici, & tutti quelli, che sono di fredda complessione, nuoce all'oppillatione del fegato, il beuerne in gran quantità dopò vna gran fatica, ò riscaldamento, genera hidropisia. Per la sua mistione co'l vino, ò co'l mielle spumato, si rimoueno quasi tutte le malitie dell'acqua. Finalmente l'huomo si deue guardar del beuer acqua impura, & torbida; perche oppilla il fegato, & genera preda nelle reni.

Gionamenti.

Nocimenti.

ANNOTATIONI.

Si come l'aria è necessaria per l'uso della respirazione, così l'acqua per il viuere humano; perciò si deuno procurar la bontà de' tutti due, acciò si possa conseruar la sanità, come scrive Hip. nel suo lib. de locis aëre, & aquis. Essendo adunque necessaria l'acqua per estinguer la sete, & per condur le viuande, si deue perciò elegger, che habbia tutte le note di bontà, e fuggir la corrotta, ò alterata da qualche mala qualità, come vuol Gionanitio nel lib. de aquis, & Paulo Aegineta dice nel libro primo de re medica cap. 50. Oportet etiam aquam virtutibus, & vitijs esse peritam. Dell'acqua n'è ne sono cinque differenze, cioè acqua pluuiiale, acqua

Uso dell'acqua.

Paulo agineta.

Cinque differenze d'acqua.

110 REGOLE DELLA SANITA.

- Acqua plu- & acqua palustre, ò di stagno. L'acqua pluuiat-*
uiale. *tile, se ben più dell'altre presto si corrompi, è la più*
sottile, e più leggiera di tutte l'altre, & è ancora più
lodata, specialmente se sarà di pioggia seane, e
leggiera, & non di procellosa tempesta, e da com-
Acqua di gel motion d'aria discesa. Si deue ancor schiuar quella
so, ò neue. *del gielo, ò neue; perche non è lingiera, come quel-*
la de' fonti; perche per il freddo, si risogliono la par-
ti più sottili, & rimangono le parti terrestri, come
dimostra l'esperienza, che mettendol'inuerno vn
vaso d'acqua al freddo, che si congeli, si trouarà il
Acq. Nocumensi. *vaso con manco acqua, che prima. Perciò dice Aë-*
tio, che simil'acqua nuoce alli leterici, & febrici-
tanti. E simili acque non detergono, non aiutano la
digestione, impediscono l'espulsione d'escrementi,
e vero, che se sarà purgata con l'arena, ò nelle cister-
ne, come, si fa nell'Italia, e in Francia, sarà più
lingiera, e più sana.
- Acqua di fon- Quella di Fontana, che risguarda l'oriente, senza*
vana. *alcuno odore, che p' meati puri tràscorre, che presto si*
scalda, e presto si raffredda, è che non infetta da
ritane, ò altra sporcizia, temperata nell'humidità,
& altre buone qualità, è più prestante, e celebre
Oribasio. *di tutte le altre. Quelle, che sguardano l'Occiden-*
tale (come vuol Oribasio) sono violenti nel refrige-
rar, e sono difficili nel passar alle parti. Quelle,
che guardano la mezza notte, & che stillano da pie-
tre, & ch'hanno il Sole auerso anco difficilmente
passano, e tardano à scaldarsi, e refrigerarsi, per-
ciò sono giudicate peggiori dell'altre. Quelle, che
guardano mezzo giorno sono più false, e più cal-
de, generano arenelle, & sono più pronte al descē-
der.

REGOLE DELLA SANITA. III

der abasso: le salmastre son quasi di simil natura, nemiche à corpi humani.

L'Acqua de pozzi, che hà la scaturigine viua, & di continuo si caua, senza vitio alcuno, trà l'altre è giudicata ancor buona. Acqua da pozzi.

L'Acqua fluuiale, che scorre per luoghi sani, & che hà origine da alti monti, è più lodata, che quella che hà origine da luoghi piani, e fangosi: per questo dice Oribasio. Colles, & montes ad bonas aquas excitandas potiores sunt humiliore, & planiore solo, nam & puriores, ac odoratiores, dulcedineque suauiores aquas emittunt. Acqua fluuiale.

L'acqua de' fiumi, che porta secco arena, non è tanto lodata, come quella, che passa sopra il fango, ò vero, che ne porta secco, essendo però ripurgata dalla sua hypostasi, ò vero nelle cisterne. ò vasi, come fanno à Roma di quella del Tevere, qual è salutifera. Acqua de fiumi.

L'acqua de pantani, e stagni è biasmata da Aetia, eccetto quella del Nilo; per esser ornata d'ogni virtù. Acqua di pantani.

Credo esser poche Prouincie così abödanti d'acque, come il Piemonte, le quali tutte descendono d'alte montagne, & irrigano gli prati, & ingrassano i campi, & tutte sono abondanti d'ottimi pesci, & alcune vi sono che portano l'arena dalla quale ne cauano l'oro, come è l'Orcho. Il fiume principale è il Pò, ch'è d'origine dal Monte Vesulo, appresso à Santo Giacomo Martire, della Religion Thebea, & irriga molte terre del Marchesato di Saluzzo, ascondendosi verso Reuello nell'Estate sotto terra per qualche miglia, e comincia esser navigabile à Pancalieri, & l'acqua del Pò è molto lodata: v'è poi la Varaita: il Pellice, Macra: Gesso, Stura di Fossano, il Tana-

Origine del Pò.

Fiumi principali nel Piemonte.

112 REGOLE DELLA SANITÀ.

10, Ellero, la Doyra Torinese, e la Stura Torinese, la Dora Balchia, Mallon, l'Orco, il Ceruo, Sefia, & altri *Acqueter*. molti fiumi, li quali per breuità tralascio: non vi mancano ancor acque thermali, come sono quelle di Vinai, Valdier, che guariscono infiniti morbi, e questo basti, quanto all'acqua.

DEL PISANELLI.

Vol Hippocrate, che l'acqua, che noi vsiamo per bere ordinariamente, sia leggiera, sottile, trasparente, & che non habbia alcun odore cattiuo, ne altro sapore, se non quello, che deue hauere vn'acqua buona; & questa (secondo trouo scritto appresso molti dottori) deue hauere tredici conditioni, de' quali la prima è.

Che deue esser generata da sottil vapori: & perciò si loda la piovana.

Che deue esser di fontane, che si muouono ordinariamente.

Che deue esser leggiera, & questa si conosce dalla subita alteratione; Onde dice Hippocrate. *Aqua quæ citò calefcit, ei citò refrigescit, omnium leuissima.*

Che sia sottile, chiara, & limpida.

Che sia senza sapore, odore, & colore estraneo.

Che presto si scaldi, & presto si raffreddi.

Che sia di fontane di terre libere, appresso i monti.

Che le fontane di doue ell'esce, corrono continuamente.

Che

REGOLE DELLA SANITA. 113

Che la fontana vadi di mezzo giorno al settentrione, ouero dall'occidente all'oriente.

Che la fontana sia lontana dal suo nascimento.

Che sia esposta al Sole, a' venti, & scoperto.

Che l'alueo, per il quale ella corre, sia misto d'arena, & di picciol pietre, & sia netto da ogni fango, & da ogni sporchezza.

HISTORIE NATVRALI.

L'acqua è vn corpo semplice, il cui natura luogo è, che circondi la terra, e che sia circondata dall'aria, & è di natura fredda, & humida, e sottilissima di tutti gl'humori. L'acqua pura elementare non si scalda mai, si come l'aria pura mai non si raffredda: e quest'acqua non è appresso di noi, mà n'habbiamo vn'altra, che non è tanto semplice, la qual però si putrefà, e si corrompe, sì come per contrario i semplici elementi non si corrompono, mà si cambino l'vno nell'altro. L'acqua non da nessuno nutrimento à i corpi; percioche come semplice (almeno rispetto à quelli) non può farsegli simile: perche il nutrimento non è altro ch'vna assomiglianza del cibo à i corpi fatta per via del calore; e perche l'acqua è fredda, & humida, non può rassomigliarsi al nostro calore, ne alla siccità del nostro corpo.

Giuua bene alla nutritione, perche tempera, & assottiglia il cibo, e fa penetrarlo. Così conchiusero Hippocrate, Crisippo, & Erasistrato, che l'acqua non era cibo, mà vehicolo del cibo, & io direi, che l'acqua non può nuirire per questo, che douendo il nutrimento

H

trimento

trimento essere in prossima potenza sangue, & in più remota, membro, essendo l'acqua tanto fredda, e corpo tanto semplice, ella non è capace della forma del sangue, ne del membro, e conseguentemente non può nutrire. L'acqua se bene non nutrisce, fu però necessaria per le cose dette. & anco à fine, che con le sue qualità smorzi l'acutezza del calore accidentale, e la sete da lui generata per la contrarietà, & consumi i fumi, che sono raccolti intorno al cuore: ilche molto gioia alla natura. Ma se auiene, ch'ella troui vn calor tanto gagliardo, che non gli possa contrastare, si muta in quell'istesso, e gli obedisce, & all'hora accresce la sete. L'acqua conuiene à tutte l'età, il che non fa il vino, anzi più di quello gioia à i riscaldati, à quelli ch'abondano di humor mellanconico generato per adustione, & alla palpitatione del cuore.

L'acqua buona deue esser chiarissima, che'l gusto la conosca; ne salsa, ne dolce, ne amara, ne agra, ma insipida, e priua d'ogni sapore, che all'odorato non sia puzzolente, ne putrida, ne horribile; che all'occhio non appaia torbida, ma lucidissima, e sottilissima, che così si conoscerà esser composta d'aria sottilissima: e questa acqua tale sarà di facil distributione, presto si scaldarà, e si raffreddarà, e sarà leggierrissima, come abondante d'aria, e priua di terrestrietà. L'acqua buona, secondo Hippocrate, è calda l'inuerno, & fredda l'estate.

Della bontà dell'acqua si fa questa proua: si pigli due pezzi di tela di egual peso, e si bagnino in diuerse acque, e poi si astringhino al Sole, quello che prima si secca, sarà bagnato in acqua più leggierra: o vtro dappoi che tutte due saranno seccati, si pesino quel-

REGOLE DELLA SANITA. 115

quello che sarà più lieggiero, è stato bagnato in acqua più leggiera: la bontà dell'acqua anco da questo si conosce, che nella buona gli herbaggi, i legumi, e l'altre cose presto si cuoceno, e nella trista tardi.

L'acqua delle fontane, che corrono verso oriente, per luoghi, e terre nette, è la migliore di tutte l'altre, purché la tramontana la tocchi, è il corso sia veloce sopra pietre picciole, & arene chiarissime.

Quella, che corre verso Settentrione, è grossa, tardi si digerisce, tardi si riscalda. Quella che corre verso Occidēte, è freddissima, e grauissima, quella che corre verso mezzo giorno, è calda, per lo più è salata, è molto perniciofa, quando sono venti Meridionali.

L'acqua di fiumi non si vsi se non per necessitā, e che siano grandi, e lontani dalla Città, senza immondexza, e fango: e quando è torbida, si mangino amandole dolci, ò vero si tempri con vino chiarissimo, ò si mescoli con poluere di Boloarmeno Orientale, ò con poluere di Spodio. L'acqua de pozzi profondi, & in somma quelle, che per longo tempo non si mouono, sono molto dannose, per esser graui, grosse, & oppilatiue, e perche accrescono la milza.

L'acqua più lodata è quella, che pioe di mezza state, con gran tuoni, secondo Paolo Egineta: e ben vero, che presto si corrompe per la sottilità della sua sostanza, ma bisogna, che si conserui in vna cisterna polita, e molto ben lauata. Quest'acqua secondo Galeno, è dolce, e piena di molto lume, perché il Sole tira à se la parte più sottile dell'acqua, & si fa migliore (purché dal luogo oue si ripone non prenda mala qualità, ò cattiuo odore; perché all'hora nuoce al petto, fa la tosse, e la rocerauca)

H 2 gionna

gionua alla digestione, prouoca l'vrina, rinfresca il fegato, e le reni, allarga il petto, e non è molto frigida. L'acqua fù nominata da Platone nello Eutimide, di consenso di Pindaro, liquore pretiosissimo, con tutto ch'ella con vilissimo prezzo si comprasse. Al che hauendorisguardo i Poëti, & all'infiniti beneficij ch'ella ci apporta, la chiamaron liquida, argentea, susurrante, corrente, fugace, loquace, manante, gelida, pura, cerulea, sobria, riuia, garula, vitrea, irrigua, trasparente, scaturiente, vndante, tenue, mobile, piscosa, dolce, amena, sonnifera, feconda, crepitante, sorda, caduca, cisternina, rauca, vaga, herbosa, fragile, trascorrente, neuosa, lene, emaculatoria, querula, fumosa, saltante, emanante, placida, ventosa, sonora, bianca, risplendente, nauigera, instabile, limpida, rugiadosa, e cadente. Et alcuni volendo interpretare l'Etimologia di questo nome acqua, dissero che voleua dire acqua quasi eguale: conciosiacche s'ella non è da' venti agitata è comossa, nō si troua cosa più quieta, ne più eguale di lei. Altri hanno esposto acqua, cioè, à qui viuimus percioche quest'elemento, oltra gl'infiniti giouamenti, che ci reca, pare anco, che commandi à gl'altri elementi, essendo che riempie la maggior parte della terra, distrugge il fuoco, ascende in alto, pare, che si usurpi il Cielo, e nel ritornare à basso rende fertile, e feconda la terra, che senza lei veramente sarebbe sterile, & inhabitabile. Et finalmente nel suo seno genera tante sorti di pesci per seruitio dell'huomo, e produce minere, pietre, e gioi d'infinito valore.

Platone nel Timco disse, che quando l'acqua in forma di vapore nell'aria inalzata, tutta in se stessa si rac-

REGOLE DELLA SANITA. 117

si raccoglie, da se le cose straniere discacciando, e quindi condensata sopra la terra cade, all'hora diuenta grandine; mà se in forma d'acqua al basso discende, all'hora per forza di freddo, che gli stà d'intorno, si fa ghiaccio. E quando ella poca congelation riceue, & in se molt'aria ritiene, all'hora ella diuenta neue. E se vicino alla terra auiene, che la rugiada s'ingrossi, all'hora diuenta brina; dalche si argomenta, che la neue habbia in se molt'aria, e poca congelatione. Ilche dal fumo, che ella manda fuori, e dal nuotare sopra l'acqua si comprende.

DELLE SPECIE. Cap. XVI.

LE specie, quali comunemente vñ *Specie usate.* mo ne' cibi, e sapori sono il pepe, cinamomo, garofani, noce muscata, zèzero, & cumino. Il pepe v'è ne di tre *Pepe di tre forti.* forti, cioè negro, longo, e bianco, & sono quasi tutte tre d'un'istessa virtù: e il pepe caldo, e secco nel fin del terzo, se ben habbino volfuto *Qualità.* alcuni, che fosse caldo nel principio del quarto, conforta lo stomaco, aiuta la digestion: (usato però in debita quantità) conferisce à nerui infrigidati, alla tosse antiqua, al petto, al dolor di ventre, prouoca l'vrina, il suo vso è più lodato l'inuerno, che nell'estate, & propriamente à quelli che sono di fredda complessione.

DEL PISANELLI.

CHe i grani non siano vani, marci, e leggie- *Electione.* ri, mà freschi grauissimi, pieni, neri, ne
H 3 trop:

118 REGOLE DELLA SANITÀ.

troppo crespi: che tutti questi segni mostrano, ch'egli sia maturo.

Gionamenti. Aiuta la concoctione: risueglia l'appetito, scaccia la ventosità, fortifica lo stomaco, e riscalda gagliardamente i nerui, e ilacerti: fa vrinare, & consuma la flemma.

Nocimenti. Nuoce alle persone, che sono di calda complessione, nei tempi caldi, & in paesi caldi: consuma lo sperma, infiamma il sangue chi troppo l'vsa.

Rimedio. Vsandosi in poca quantità ne i tempi freddi, e sopra i cibi freddi, & humidi, e che non sia pellato troppo sottile.

Gradi. E caldo, & secco nel fine del terzo grado, e quasi partecipa del quarto.

Tempi, Età, Complessioni. E buono ne' tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici, & catarrosi.

HISTORIE NATVRALI.

IL pepe acerbo si chiama bianco, & il maturo si chiama negro, il quale si coglie in India del mese d'Ottobre, e lo seccano al Sole, spargendolo sopra alcune stoe fatte di palma, finche diuenta negro, e crespo, ilche si fa in tre giorni. Tutto il peperiscalda, prouoca l'vrina, fa digerire, tira, risolue, e leua le caligini de gl'occhi, fa partorire. Posto ne' luoghi naturali delle donne subito dopò il coito, impedisce l'ingravidarsi. Composto in Lettonaro, gioua alla tosse, & à tutti i difetti del petto. Masticato con l'vua passa, purga la flemma dalla testa, conserua la sanità, muoue l'appetito, e fa digerire.

S'ingan-

REGOLE DELLA SANITA. 119

S'inganna il Pisanelli scriuendo, che'l pepe bianco, & negro sia vna medema cosa, mà si chiami bianco, quando egli è acerbo, & nero quando egli è maturo, percioche vi sono tre sorti di pepe, tutti tre differenti, cioè negro, bianco, & longo, ancora che le piante del nero, & del bianco siano poco differenti. Sono però differenti della qualità, percio che il bianco è più caldo, & più odorato del negro, & si mette nelle mense de i gran Signori, & lodatissimo contra il veneno, & contra le freddezze dello stomaco, & è medicina per gl'occhi molto gioueuole. Del negro, oltra quello, che ne scrive il Pisanelli vuol Galeno che mangiandosene cinque grani intieri ogni giorno, giuuà à color, che patiscono dolor di stomaco, ò per ventosità, ò per copia d'humori crudi. Hà le medeme facultà il pepe longo, mà più valorose: però non si dene vsar in luogo del negro, ne del bianco, mà di tutti tre se ne fà vn confetto chiamato Diacron pipercon valoroso à tutte le cose dette di sopra.

¶ Il zaffarano è caldo nel secôdo, e secco nel Zaffarano. primo. se ben alcuni vogliono, che l'vna, e l'altra qualità sia nel primo. Molti vogliono, che Qualità. il zaffarano nō generi cattiuu humori, anzi che conserui gl'humori in temperanza, & che gli diffendi da corruttione. Il temperato vso del zaffarano aiuta il petto, & il pulmone, gioua alla difficoltà dell'annelito, apre l'oppilationi del fegato, & se ben per la sua calidità, confor- ti lo stomaco, nondimeno fà nausea, & distrugge l'appetito; perche resiste all'acidità, che prouoca l'appetito: alcuna volta genera dolor li testa, beuuto co'l vino genera il sonno, &

H 4 ybbria.

120 REGOLE DELLA SANITÀ.

vbbriachezza: il zaffarano hà proprietà di confortar grandemente il cuore, & inferisce special forza d'allegrezza, illumina i spiriti, dilata i membri alle cose esteriori: in tanto che alcuna volta l'vso suo abondante ne' cibi, disperge gli spiriti con allegrezza, alle parti esteriori; perciò hāno detto alcuni, che pigliādo vn'onza, ò vna drama, come vogliono alcuni di zaffarano, l'huomo per allegrezza, e riso venerebbe à morire.

DEL PISANELLI.

Elessione. **D**Eue essere fresco, ben colorito, e c'habbia nelle fila alquanto di bianco, lungo, non fragile, pieno, che bagnata tinga le mani, che non habbia odore di muffa.

Giuuamenti. Conserua tutte le viscere, e fà buon colore di viso, conforta il cuore mirabilmente, prouoca il coito, e l'vrina, & beuuto accelera il parto.

Nocimenti. Vā alla testa, e gli nuoce facendo dolore, sonnolenza, & offusca i sensi, fà nausea, e toglie l'appetito, è contra l'vbbriachezza.

Rimedio. Se adopri in pochissima quantità, e ne' tempi freddi, e così farà stare il cuore allegro.

Gradi. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Tempi, Età, E vtile vfarlo l'inuerno in poca quantità, à i vecchi, à i flemmatici, & à i melanconici.

HISTORIE NATVRALI.

IL zaffarano, che si chiama da' Latini *Crocum*, è notissimo à tutto il Mondo; apre l'ostruizioni, e forti-

REGOLE DELLA SANITA. 121

fortifica il cuore, entra in tutte le medicine cordiali, prouoca il sonno, leua via l'asma, & tutti i difetti del petto. Non è buono per la vista, ne per la testa, onde si deue usare in molto poca quantità, e d'inverno, ne i cibi humidi. Hà virtù di maturare, di molificare, e di leggermente aprire. Applicato con latte humano ferma il flussi de gli occhi. Egli hà del costrettino, e però rende il corpo stitico. Il suo odore ferisce il capo, e pertuba l'intelletto.

Oltra le qualità, & virtù, che possede il zaffarano descritte dal Pisanelli, vi è questa ch' aiuta le donne à partorire, si come afferma Rasis scriuendo, che fù vna certa donna, che per molti giorni patiua nel partorire, & gli donai (dice) à bere due dramme di zaffarano, & presto partorì, & hauendolo prouato in molti altre donne, hò trouato hauere sempre fatto il medesimo effetto ne mai hà fallato, come credo, ch' habbino inteso le nostre donne d'Italia, le quali quando sono vicine al parto, in tutte le loro minestre l'usano volentieri. Mà auertischino, che quando si sono lisciate, non venghi loro appresso qualch' vno, che n' habbi masticato, perche farà lor diuentare il volto pallido.

¶ Il cinamomo è caldo, e secco nel terzo, retifica ogni putrefattione, & corruzione d'humori, conforta lo stomaco, apre l'oppilationi del fegato, vigora la loro digestiua virtù, gioua al catarro, alla ventosità del ventre, acuisce il viso, dà aiuto alla tosse, e al petto, e per la sua theriacal virtù, conferisce al morso d'animali venenosi.

Cinamomo.

Virtù.

DEL

DEL PISANELLI.

Elettione.

Che sia più fresca ch'è possibile, ilche si conosce dall'odore, che sia gagliardissimo, e soauissimo: dal sapore che sia acutissimo, e dal colore, che tiri al rosso.

Giuuamenti.

Prouocal'vrina, resiste a' veneni, corrobora il ceruello, e tutte le viscere, chiarisce la vista, ne lascia putrefare gl'humori cattiuu.

Nocumenti.

Non si deue vsare da' colerici, ne in tempi, ne in paesi caldi; perche il troppo vso infiamma le viscere, & il sangue.

Rimedio.

Prendendosi per condimento di cibi flématici, ne' tempi freddi, & in poca quantità.

Gradi.

E calda, & secca nel terzo grado.

*Tempi, Età,**CompleSSIONi.*

Cōferisce ne' tempi freddi à i vecchi, à quei che sono di fredda complessione, & ch'hanno lo stomaco debole.

HISTORIE NATVRALI.

La canella s'vsa in difetto del vero cinamomo, il quale à questi tempi non si porta alle nostre parti, se non poco, & stà appresso Prencipi grandi. Questa hà in se l'aromaticità, la stuità, e l'acuità, & però fortifica tutti i membri, gioua alla tosse, & à gl'altri difetti del polmone; apre l'oppilationi, e conforta il fegato, e lo stomaco; consumando l'humidità, che ci ritroua, e sana le morficature de' vermi venenosi; aiuta la digestione, e scaccia la ventosità; conforta il cuore, fà buon fiato, e moltiplica il latte, e lo sperma: purga, conforta, & aiuta la testa.

Della

REGOLE DELLA SANITÀ. 123

Della canella nostra, qual usiamo in luogo di cinamomo, si suol far vn'acqua mirabile per lo stomaco debole, e conforta il cuore, gioua al fegato, & alla milza, stemperati da humori freddi. Vale à i nerui, al ceruello, & in somma ad ogni mal causato da freddi humori. Il modo di farla, è questo. Si piglia vna libra di canella, che sia pesta sottilmente, poi s'infonde in quattro libre d'acqua rosata, & vna libra, e mezza di buon vin bianco, & tutte queste cose si pongono in vn lambicco di vetro di bocca stretta, che si serarà co'l suo capello, e poi si metterà in infusione per 24 hore in vno perolo con acqua tepida: dipoi bene serato si metterà fuoco sotto alla medesima acqua tepida, & si farà bolli- re, stillandosi (come si dice) in vaso doppio, cioè buctar il detto lambico di vetro dentro al detto perolo d'acqua tepida.

¶ Il cariofilo è caldo, e secco nel terzo, fa Garofani: buon odore, acuisce il vedere, conforta lo stomaco, & il fegato, induce appetito, fa mitigar il vomito, e fa buon odor alla bocca.

DEL PISANELLI.

CHe siano di odore perfettissimo, e di sa- *Electione.*
pore squisitissimo, perche questi son se-
gni di freschezza.

Fortificano tutti i membri principali, e in *Giuuamenti.*
spetie lo stomaco, sanano il flusso, e fermano
il vomito, e leuano il puzzone del fiato.

Nuocono a' colerici l'estate, & anco fanno *Documenti.*
amare le viuande, quando si pongono in molta
quantità.

Se

124 REGOLE DELLA SANITA.

Rimedio.

Se si usano in poca quantità da' flemmatici, ouero in tempi freddi, ne' cibi humidi.

Gradi.

Sono caldi, & secchi quasi nel terzo ordine.

Tempi, Età,

Complexioni.

Sono ottimi nel tempo dell'inverno per i vecchi, per i flemmatici, & per quei, che sono catarrosi.

HISTORIE NATVRALI.

Nascono i Garofani in Oriente in alcune Isole del Mare d'India, è si portano à noi per la soauità del loro odore, confortano la virtù digestiua, e fanno ottimo fiato, leuando la nausea, e l'inappetenza. Fanno il cuore robusto, e moltiplicano gli spiriti. Beuutone quattro drame con il latte, augumentano mirabilmente le forze di Venere. Affortiglia la vista, e leuano i fiocchi, e le nuuole de' gli occhi. Per coglierli si mettono sotto gl'alberi stoie di Palma, e poi gl'alberi si battono con le canne.

In Portogallo, oue si può hauere de' garofani freschi, si fa vn'acqua, la qual oltra il buono odore, ch'ella hà, porta giouamento alle passioni del cuore, proueca il sudore à coloro, che patiscono di mal francese, con loro gran beneficio, & l'ozlio de' garofani fatto per arte chimica, non solamente di fuori, vngendo lo stomaco, lo fortifica, mà ancora di dentro, preso al peso di mezzo scropolo lo rende gagliardo à digerire, & la lor poluere, presa al peso di tre dramme con latte, ingagliardisce il coito. Compone Mesue nel libro 3. de gli Antidoti l'aromatico gariofilato celebrato per fortificar lo stomaco, il cuore, & scacciar le ventosità.

La

REGOLE DELLA SANITA. 125

¶ La noce moscata è calda, e secca nel secō. *Nosce moscata.*
do, conforta lo stomaco, & la milza, prouoca
l'vrina, proibisce il vomito, & fa buon odore. *virtù.*

DEL PISANELLI.

CHe sia fresca, e non pertugiata, che sia
graue, ben piena d'humore, & ben gra- *Elettione.*
fa, che queste sono fresche, & che sia rossa.

Fà buon fiato, leua le lentigini, conforta la *Giuamenti.*
vista, lo stomaco, il fegato, e la milza, prouo-
ca l'vrina, e conferisce alla matrice.

Nuoce particolarmente à quei, che patisco- *Nocumenti.*
no di morici, e che sono stitichi, perche ella
stringe il corpo.

Vlandola di raro, & in poca quantità, e me- *Rimedio.*
scolandoui secco vn poco di Gengeuero, che
con l'humidità sua la contemperi.

E calda, & secca nel fine del secondo grado. *Gradi.*

E ottima ne' tempi dell'inuerno per le per- *Tempi, Età,*
sone, che sono graui di età, per i flemmatici, *Complexioni.*
mà nuoce a' melanconici.

HISTORIE NATVRALI.

LA noce moscata spesso si pone ne' condimenti
delle viuande de' nobili, perche hà buon'odo-
re, e grato sapore. Fà buon fiato di bocca, accresce
la vista, conforta tutte le viscere, e particolarmen-
te la bocca dello stomaco, fa urinare, e ferma il vo-
mito, leuando via l'inappetentia, fa digerire, con-
suma la ventosità, fa gran beneficio à quelli, c'han-
no lo stomaco debole, e'l fegato freddo; perche ri-
scalda

126 REGOLE DELLA SANITA.

scalda notabilmente. I flemmatici, & i melanconici l'vino copiosamente, & i colerici se n'astenghino.

Possede le medesime qualità la noce moscata, che i garofani; Et come di lor se ne fa vn'oglio, che parimente conforta lo stomaco, & leua i dolori de' nervi, & delle giunture, causati per humori freddi, così al dolore dello stomaco, causato per venosità, & frigidità, porta gran giouamento la noce moscata, se trita si bollirà con mezza libra di mele rosato, & due oncie d'acqua vita, & si farà bollir sin tanto, che sia consumata l'acqua. Poi di questo liquore se ne darà al paziente tre cucchiari la mattina à digiuno, continuando per tre, & quattro giorni. Ilche può giouar ancora alle donne ne' dolori matricali, causati dalla medesima causa, & in tal caso si piglia vna noce moscata, & si pesta grossamente con due radici di matricaria, poi si fa cuocer ogni cosa in mezza libra di buon vin bianco, sin tanto che se ne sia consumato il terzo, & poi colato se gl'aggiognerà due dram. di zuccaro fino, & si beuerà.

*Gengeuero,
Vini.*

¶ Il gengeuero è caldo nel terzo, & secco nel secondo, hà vna superflua humidità. Ilche ne dà segno di putrefarsi presto. Conferisce al fegato, & à quelli ch'hanno lo stomaco freddo, propriamente aiuta la facoltà digestiua, assuando l'humidità indotta per l'vso de' frutti, humilia il ventre, aiuta quelli che sono morsicati d'animali venenati.

DEL PISANELLI.

Elettione.

CHe sia fresco, e non consumato dal tempo, ilche dà buon'odore, e acuto sapore
fi

REGOLE DELLA SANITA. 127
si comprende, & anco che quando si spezza, nō
faccia poluere.

Caccia la ventosità, riscalda, mà più tardi *Gionamenti*,
del pepe, è ottimo per chi hà lo stomaco fred-
do, provoca il coito, consuma le flemme, e
chiarifica la vista.

Non è buono ne i tempi, e paesi caldi, ne
per chi hà calda complessione, perche infiam- *Nocumenti*,
ma chi troppo l'hà in vso.

Quando è fresco, se si condisce co'l mele di-
uenta ottimo per i vecchi, e per riscaldare, oue-
ro secco se ne vfi in conueniente quantita.

Quando è fresco, è caldo in terzo grado, &
humido nel primo: mà quando è seccato di- *Gradi*,
uenta secco nel secondo grado.

Gioua vfarlo ne' tempi molto freddi, à i vec- *Tempi, Età*,
chi, à i flemmatici, & à quelli ch'abbondano di *Complezioni*,
molta humidità, & ventosità.

HISTORIE NATVRALI.

IL Gengeuero, quando è fresco, hà molta humi-
dità, ilche si conosce, ch'egli facilmente si cor-
rompe, e questo è causa, che non riscalda così pre-
sto, come fa il pepe, al qual si rassomiglia poi nel-
l'altre virtù. Il gengeuero, che fresco si condisce
in Oriente, è molto buono per moltiplicare il latte,
lo sperma, e per accrescere il coito: e così anco per
dare forza ad vn stomaco debole; leua l'oppilatio-
ni, e gioua alla testa, e fa penetrare presto il cibo.
Si porta il gengeuero da Calicut, città famosissima
dell'India, fresco, e condito con zuccaro, ò con me-
le, e si serua per gl'vsi sopradetti.

Scal-

128 REGOLE DELLA SANITA.

Scalda parimente il Gengeuero, come il pepe, & i garofani, mà per esser più humido, richiede maggior longhezza di tempo, però oue bisogna scaldare prestamente, si deue usare il pepe, & oue il calor è necessario sì, mà con longhezza di tempo si deue usare il gengeuero, & condito con zuccaro dissecca gl'humori superflui dello stomaco, & conforta la natura.

Cumino.

¶ Il cumino è caldo nel terzo, & secco nel secondo, dissolue le ventosità, lenisce il dolore, asperge il ventre, prouoca l'vrina, & da aiuto à chi patisce il stillicidio d'essa, l'uso superfluo del cumino, rende gialda la faccia.

Hypocriti.

La onde gl'Hypocriti metono il cimino soua le braggie, & indi metono la faccia, & le mani sopra, & quel fumo gli fa impalidire, per dimostrarli à gl'huomini digiunanti.

ANNOTATIONI.

Pepe longo.

IL pepe bianco di rado si ritroua, il longo s'usa tal volta nelle carni cotte in pastello, & è bonissimo à dissipar gli flati, & per aiutar la digestione, si cuoce ancora in aceto forte, & caldo

Dolor di denti.

Pepe negro.

tenuto in bocca, e mitiga il dolor de' denti, causato da materia fredda. Il negro è più usato de gl'altri, & si loda quel chiamato gaurò, & gli Medici, acciò non scaldi il fegato, quando vogliono aiutar la digestione lo fanno prender rotto dopò il pasto, acciò la sua

Pepe rosso, & che gioni.

calidità non trapassi le rene, come vuol Gal. nel lib. de sanitate tuenda, & l'usano con molti cibi crudi, come cardi, & articiocchi; perche aiuta à digerirli più prontamente, e tempera la superflua humidità de'

REGOLE DELLA SANITA. 129

de' frutti, & dell'herbe se ne fa il diatrion pipe *Diarrion, Pl-*
reón di Galeno, per gli stomachi freddi, qual è ec. percon.
cellentissimo.

Il più lodato zaffarano è quel dell' Aquila, e poi *Zaffarano è*
quel di Prouenza, & di nò minor lode è quel di Sa *sue virtù.*
uoia. Le donne l'usano co'l brodo di cicori rossi, nel
qual sia stata bollita la radice di petrosimolo, per
muouer i menstrui.

Vogliono molti, che il volgar cinamomo non sù *Si dubita se il*
il legitimo, per esserne stato carestia sino al tempo volgar cina-
li Galeno, & che sia la cassia de' Greci. Dioscori *momo sù il le-*
te ne recita molte specie, le quali ne gran sac. *hi gitimo.*
nien à Vineggia, si ritrouano quasi tutte, con le no- *Cassia de' Gre-*
e da lui date. Usano le donne dar vna dramma di *ci.*
canella, con onze quattro di decotto di aristolochia *Per muouer*
rotonda, per far partorire. Usano l'acqua destilla- *gli menstrui.*
a co'l vino, & acqua rosa per confortar lo stoma-
o, & fegato, & per dissipar gli flati. Del cina-
omo se ne fa oglio, per simil effetto, più volte ap- *Oglio di cina-*
rouato dal Sereniss. Duca di Sanoia mio Signore, la *momo.*
ni dosi è di tre, ò quattro goccie, e gioua grande-
mente.

De' garoffani se ne fa oglio perfettissimo, per le *Oglio di gar-*
rudità dello stomaco, dandone quattro, ò cinque *roffani.*
occie con brodo, ò maluasìa; vale ancora per li
olori della matrice. Li garoffani grossi detti Anto-
li, e gli fusli d'essi sono di minor virtù.

Delle noci moscate se ne fa oglio, co'l quale s'on *Oglio di noca*
lo stomaco, & l'ombelico, per lenar le passioni *moscata.*
edde dello stomaco, e della matrice. Usano le don-
e la noce moscata, & macis nelle paste, che si
anno della carne del porco, per corregger la mala
ualità d'esse, e p dargli miglior gusto, & miglior *uso.*
odore

Macis.

odore. Il suo fiore si chiama Macis, & è vna speciaria, che stà appresso la scorza d'essa noce. Quattro parti hà il frutto della moscata, il primo è la coperta prima, come la prima corteccia della noce, qual quando è matura s'apre, come fa il riccio della castagna, & così si vedeno i follicoli del Macis, quali stano intorno alla scorza dura, qual è quasi simile, alla seconda della noce, qual conserva la noce moscata di dentro, & questa scorza è inutile, e così il Macis, e la parte che stà sotto la prima scorza, che interioniglia la seconda corteccia, di color rossigian- te, odorato, & si vende il terzo più che la mosca- ta, & alcune volte più, secondo che si porta inte- gro, ò rotto; perche non solo per questo si minuis- se il prezzo; mà ancora la bontà. Tutte queste par- ti delle moscate, che si portano condite dall'Isola Banda, si discerneno, e si dano per corroborar lo stomaco. Il Macis aiuta la digestione, & conforta lo stomaco, & si mette nelle compositioni, che si fanno di carne di porco, per temperar il lor vitio. Hogidi si porta l'oglio cauato per espressione dal Ma- cis fresco, qual tolto co'l brodo al peso di mezzo scrupulo, gioua assai à lo stomaco. Et il primo, che n'hab- bia portato in Piemonte è il Conte Antonio di Scar- naffry Ambasciator di S. A. appresso la Maestà del- la gran Bertagna, & è del medesimo color, & sa- pore ch'il Macis.

Isola Banda.

Ooglio di Ma-
cis, qual si por-
ta d'India.

Gengeuero.

Del Gengeuero, s'usa ancora il gengeuero verde condito per lenar la crudità dello stomaco, & per aiutar la digestione d'esso, per dissipar li flati, & per lenir i dolori causati da essi, è di parte più ter- restre, che il pepe, & hà certa humidità crassa, co- me il pepe longo, come dice Galeno nel suo lib. de simp.

REGOLE DELLA SANITA. 131

simp. medicamentorum facultatibus, per la quale non scalda così prontamente, come fa il pepe negro.

Il cymino s'vsa in molti luoghi d'Italia, massime nell'Isola di Malta ne' cibi; In Piemonte s'vsa solo per medicina.

Cymino dolce

Oltre dette specie descritte dal Benzo, si vsa ancora la galanga, buonissima per confortar lo stomaco freddo, & per aiutar la digestione, & quelli che sono freddi ne gl'atti venerei. Similmente s'vsa il cardamomo maggiore, & il minor ancora chiamato melegetta, quali sono potentissimi a dissipar li flati, & per consumar gl'humori flemmatici. Sono ancora molti ch'vsano le cubebe, buone a gli affetti freddi del pulmone, e del petto, giouano alla tosse, & per leuar la raucedine.

Galanga.

Cardamomo.

Cubebe.

DEL BASILICO, O SII OZIMO.

Cap. XVII.



Il Basilicò è caldo, e secco nel primo, e partecipa di qualche humidità non lodeuole, v'è ne sono di molte specie, & il più lodato è il galoplatò, c'hà le foglie minute, & il suo seme à virtù cordiale, apre le oppilationi del cervello, & delle narici, tanto mangiato, come odorato, allegra l'animo, & il suo odorato conferisce all'hemorragia di sangue, & tremor del cuore.

Basilicò, & sue qualità.

L'vso superfluo del basilicò non è lodabile; perche genera sangue melancolico, & ad alcuni induce grauezza di testa. Alcuni ingiustamente biasmano il basilicò, con dire che generi

Aniæna lib. de viribus cordis. Nocumensi.

132 REGOLE DELLA SANITA.

Scorpioni non sono generati dal basilicò. gli scorpioni; mà come vuol Galeno, e verò che gli scorpion si trouano appresso al basilicò, mà non perche sijno generati da esso; mà perche voluntieri corrono al suo odore.

ANNOTATIONI.

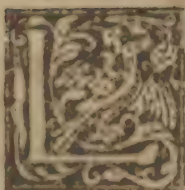
uso del basilicò

Non è dubbio, che il basilicò cariofilato, sia il più lodato de gl' altri, & massime per corroborar il ceruello: il citratto, è anco molto commendato, per leuar le passioni del cuore: il basilicò è vsato molto nella medicina, & di raro ne' cibi, se ben le Donne l'vsino con le altre herbe, & molti l'vsano ne' sanguinacci del porco, con i cariofili, & origano. Quanto al grado di calidità credo errar il Benzo; poiche si vede appresso Galeno nelli suoi lib. de simp. Med. facult. esser caldo nel secondo grado, e nel 2. de alim. facult. dice ch'è nocuo allo stomaco, che genera pessimo sugo, & ch'è difficile al padirlo: posto al Sole genera vermi, e Diodoro dicea, che generaua pedocchi, e Plinio l'usa solo per uso di medicina.

Qualità.

DELLA BORAGINE, ET Buglosa. Cap. XVIII.

Boragine, & sue qualità.



A boragine è calda, & humida nel primo, & è vna specie di buglosa: rallegra il cuore, mondifica il sangue, con la sua sostanza. Data à bere con vino puro cura il tremor del cuore, & conferisce alle passion d'esso, cotta con acqua, e mele gioua alle vlcere della bocca, & alla tosse,

REGOLE DELLA SANITA. 133

tosse, all'asprezza del petto, genera buon sâgue, gioua alle dispositioni melancoliche, l'vso suo, & special mente de' fiori è lodabile ne' cibi, & nell'insalata.

La buglosa è detta lingua bouina, & nella Buglosa: virtù è simile alla boragine, nondimeno Auicenna crede, che non si troui appresso di noi; mà vuole, che vsiamo vn'herba simile à quella.

ANNOTATIONI.

LA boragine volgare è la buglosa domestica, & Boragine, & la seluatica è quella che gli Piemontesi chia- buglosa. mano buglosa, & in altre parti d'Italia la dimandano lingua bouina. In Torino s'vsa la buglosa de i fiori maggiori, specie di Cyrsis non così lodato, come l'altre specie. Della buglosa se ne fa condito, conserva, acqua, & syropo per i melancolici, & per rallegrar il cuore.

DEL PISANELLI.

QVella, ch'è in vso commune, la qual'è Electione: la vera buglosa descritta da gl'antichi, e si colga co' fiori.

Purifica merauigliosamente il sangue, rallegra il cuore, e gli spiriti, gioua à i conualescenti, e conforta tutte le viscere. *Gionamensi.*

Non si digerisce molto presto, mà particolarmente è contraria à quei, che hanno le fauci ulcerate. *Nocumensi.*

Se si cuoce nel brodo di buona carne; si fa Grati. più digestibile, e perde ogni asprezza: del resto ella è senza malitia à fatto.

1 3

È cal-

Tempi, Età,
CompleSSIONi.

E calda, & humida nel primo grado.
Questa conferisce, & è buona in tutti i tempi, à tutte l'età, & tutte le compleSSIONi.


HISTORIE NATVRALI.

A Tuleio nel libro de' medicamenti dell'herbe scrive, che i Lucani chiamano la buglosa coragine; perche hà gran proprietà nelle passioni del cuore, onde poi co'l tempo si mutò la c. in b. e fù detta boragine, la qual hà questa particolar proprietà, che infusa nel vino genera grãd' allegrezza nell'animo, e conforta potentemente il cuore: leuando via ogni melanconia, e disponendo l'huomo sempre à pensieri piaceuoli, e giocondi, e però gl'antichi la mescolauano sempre con l'altre medicine cordiali. L'acqua distillata data à bere, vale à coloro che vaneggiano nelle febri, e gioua, e mitiga l'infiammationi de gl'occhi, applicata tanto di dentro, quanto di fuori genera ottimi humori, conferisce à i conualescenti, à quei che patiscono occupatione di cuore, e che sono appassionati: & è marauiglia, che non si usi frequentemente, poi che se ne scriuono tante lodi: l'istesso fa il zuccaro boraginato, e l'acqua della boragine distillata.

Truocendosi la detta herba con mele, & l'acqua guarisce singolarmente l'ulcere della bocca, presta gran giouamento alli tosse, & asprezza de' polmoni, & genera lodabilissimo sangue. L'uso d'essa, & de' suoi fiori nelle viuande, & insalate è molto lodabile. Vuol Marsilio Ficino, che l'uso de' fiori di boragine mantenghi l'huomo giovane, & allegro, donde s'hà acquistato il nome di boragine;

REGOLE DELLA SANITA. 135
ragine; perche hauendo propriet  d'allegre il cuore
si domandaua coragine, & corrompendosi poi
co'l tempo il nome, s'  mutato il c. in b.

DELLA BIETOLA. Cap. XIX.

 A Bietola   calda, e secca nel primo, nondimeno h  qualche parti *Bieta   sua*
fredde, e humide apperitiue dell'oppilationi del ventre, solue alquanto, & tien lubrico specialmente mangiata co'l brodo della prima decottione; m  gettando via la prima decottione, & indi cotta con altr'acqua astringe il ventre,   di poco nutrimento, & non lodabile, & per certa falsedine, che h , nuoce allo stomaco; percio si deue mangiare con specie dolci, & con latte d'amandole.

ANNOTATIONI.

Vi sono diuerse sorti di biete, la pi  lodata,   *Bieta rapa.*
la bianca, & poi la rossa, & specialmente
quella che fa la radice, come le carote, & di quella
cotta se ne fanno insalate, molto lodate nel tempo
dell'inuerno, &   chiamata bietarapa, & non solo
  gustuole; m  corregge i vitij, & corrottione del
ingue, & escita appetito.

Tengono il terzo luogo la negra, & la rossa volare.
Cotta la bietola, e mangiata con l'aglio crudo
mazza i vermi. Cotta molto astringe, e gioia all'ostruccion
del fegato, e della milza, specialmente mangiandola
con aceto, e senapa, come anchor fanno

136 REGOLE DELLA SANITA.

in Germania della rossa volgare, & cotta la conseruano con l'aceto per vso di tutto l'anno, e ne fanno ancor condimento cotta con l'aceto, e raffano seluatico chiamato d'essi Cren, qual mangiano con le carni. Martiale vuol che si debbano mangiar con il vino, e pepe cosi scriuendo. Vt sapiant fatuæ fabrorum prandia bætæ. O quam sæpè petet vina, piperque cocus.

DEL BUTIRO. Cap. XX.

Butiro, e sue
qualità.

IL butiro è caldo, e humido nel primo, e molto impinguatiuo per esser di gran nutrimento. Il superfluo suo vso debilita lo stomaco, & dispone il corpo à infermità flemmatiche, mangiato co'l zuccaro, & amandole matura il catarro, conferisce alla tosse causata da humor freddo, vngendosi il petto co'l butiro solo: conferisce al morso d'animali venenosi, & beuendolo per bocca è triaca à quelli che hanno beuuto il veneno.

ANNOTATIONI:

Butiro contro
veneni.

IL butiro è lodato contro i veneni corrosiui, come Arsenico, Reagale, Solimato, & altri simili. Co'l butiro si correggono le siccità de molti medicamenti, & à questo effetto si mette nella cōfettione anacardina, per resistere alla mala qualità de molti ingredienti, & per corregger la loro siccità. E il butiro più, è mēco humido secondo la diuersità de' latti, & herbe, che mangiano gl'animali. I nostri Piemontesi lodano quello di vacca, che sia fresco, & frà gl'altri

Butiro, qual
s'è più lodato.

REGOLE DELLA SANITA. 137

*tri quel di Lanzo, e val d' Agosta; perche più tardi si
corrompe, quel di Sanoia è il manco lodato.*

DEL PISANELLI.

CHe sia freschissimo, e dolcissimo, e se si po *Electione*
telle hauere, che fosse di peccora, farebbe
più lodato.

Purga valentemente, e tira fuori le superflui- *Gionamensi*
tà, che sono raccolte nel petto, e ne' polmoni
per freddo, sana la tosse.

Rilassa lo stomaco, l'indebolisce, & à chi *Necumensi*
molto l'vsa, induce la nausea.

Mangiando appresso di quelli cibi confor-
tatiui, stitichi: & astringenti, ouero il zucca-
ro rosato vecchio.

E caldo, & humido nel principio del primo *Rimedio*
grado.

E buono d'ogni tempo, purchè sia fresco. *Gradi.*

E cōferisce più à vecchi, ch' à i giouani; per- *Tempi. Essi,*
che purga loro il catarro. *Complexioni.*

HISTORIE NATVRALI.

L'Effetto del butiro, quando è fresco, è simile à
quello dell'oglio fresco: apre il petto, mondisi-
ca i polmoni, & in somma aiuta gagliardamente
à maturare i catarri grossi, preparandosi le strade
per l'esito di quelli: massimamente se si mangia in
sua compagnia il zuccaro, ouero il mele. Vsa di
cuocere il butiro, e conseruarlo co'l sale, e questo cōsì
preparato diuenta molto più caldo, per la compagnia
del sale: mà pure ritiene sempre la virtù sua di
apri-

138 REGOLE DELLA SANITA.

aprire, e nettare le parti del petto: e quanto più s'in-
uecchia, tanto più caldo diuenta.

Hanno hauuto gl' antichi diuerse sorti di butiro,
& più presto per vso di medicina, che di cibo, per-
ciò scrive Plinio, che'l butiro è lodatissimo cibo di
genti barbare, & per questo crede, ò ch' Atheneo (il
qual nel libro della sua cena non pretermesse alcuna
sorte di viuande) habbia lasciato il butiro, del qual
facendo mentione Dioscoride, vuol che'l migliore sia
quello delle peccore, & poi quel delle capre: Et Ga-
leno al secondo de gl'alimenti dà la prima lode al bu-
tiro di vacca, donò a quel di pecora, & poi a quel di
capra: Et Hippocrate scrive, ch' appresso i Scitbi si fa
anco butiro di latte di caualla.

DEL TISANELLI.

Del capo di latte.

Elessione.

Che siano freschissimi, e fatta à fuoco len-
to, quando si leuano dalla massa del latte.

Giuuamenti.

Sono pettorali, come il butiro, & aggrade-
uoli al gusto, e leuano l'asprezza, e siccità del-
lo stomaco.

Neumenti.

Tardi si digeriscono, anzi sopranuotano al-
l'altro cibo, sono di grosso nutrimento, e facil-
mente si conuertono in vapori.

Rimedio.

Se si mangiano in poca quantità, & se gli
mescola seco molto zuccaro, ò mele.

Gradi.

Sono caldi, & humidi nel primo grado.

Tempi, Età,

CompleSSIONi.

Questo è pasto più da giouani, e da coleri-
ci, che da vecchi, e catarroli; perche ricerca lo
stomaco gagliardo.

HISTORIE NATVRALI.

Sono i capi del latte poco differenti dal butiro;
perciò che essendo l'vno, e l'altro il fiore, e la par-
te più

REGOLE DELLA SANITA. 139

te più dura del latte : il butiro si coglie dalla massa del latte , con certi vasi larghi , senz'adoprar si fuoco ; mà i capi di latte si cagliano dopò che il latte hà bollito vn pochetto , piano piano : che se il fuoco fosse gagliardo , non si coglierebbono , ò non sarebbono buoni ; per questo i capi di latte non durano , mà presto si fanno acerosi : il che non auene del butiro. Inducono i capi di latte gran satietà , & à chi molto ne mangia , nausea. E però non se ne mangi molto , e si mangino co'l zucchero , dopò pasto. Nel Regno di Napoli sono delicatissimi , li congelano sopra le foglie de' cauli , e li chiamano nante : e quindi pare , che siano più saporiti , che in altri paesi .

Si cava ancora dalla grassezza , ò dalla spuma del latte quel cibo , che nella Romagna , e per la Toscana si chiama capo di latte , & altrove latte a mele , ò sia neve fatta di latte , & appress' gl'antichi Greci Oxigalla , ouero aphrogalla del quale hauendone parlato il Pisanelli à sufficienza , non ne dirò altro , saluo ch'auertirò color , che lo mangiano volentieri d'usarlo auanti l'altre viuande , & non dopò , come si fa comunemente , & come accenna l'autore , acciò che mangiandosene appresso il pasto , non quando nello stomaco , non venghi à tirar secco nelle vene le viuande ancor crude , & caghi ostruizioni in quelle parti ,

DEL CEDRO. Cap. XXI.

IL cedro hà quattro diuerse parti : la sua scorza è calda nel primo , se ben alcuni dicono , Quattro sono i di cedro. che sia calda , e secca nel secondo ; la polpa è fredda

140 REGOLE DELLA SANITA.

fredda, e humida nel primo, se ben alcuni vogliono, che sij calda.

Qualità del cedro.

Sugo.

Semenza.

Polpa.

Cedri conditi.

Acetosità.

Syropo.

Nocimenti.

Gionamenti.

Seme.

Arangi.

Limoni.

Il suo sugo e acetosità è fredda, e secca nel terzo, il suo seme è caldo in primo, & secco in secondo. Il seme, & scorza sono cordiali, & rallegrano l'animo, la sua acetosità conforta il cuore, & massime nella sua distemperanza dal calore, la scorza fa grato odore alla bocca, & la preserua dalla putredine de gl'humori, preserua anco li pani dalle camole, se in essi si mette di detta scorza secca. La sua polpa è cruda, inflatiua, & mala allo stomaco, & è di difficil digestion, e genera doglia di vêtre: condita con melle, ò zuccaro, è di miglior digestion, & conferisce allo stomaco. La sua acetosità corrobora il cuore, restringie il flusso del vêtre, & il vomito colerico, prepara l'appetito, estingue il calor febrile: d'esso se ne fa syropo di gran lode nel curar, e preseruar dalla febre pestilentielle: la sua acetosità nuoce à nerui, & al petto, gioua per far bella la faccia, & per leuar l'impetigini, lenticchie, & pāne della faccia, se con essa acetosità, si fregga la faccia, & questo lo fa manifesto, che pigliando vn panno, che sia machiato d'inchioistro, & indi sia fregato cō l'acetosità del cedro, lo fa ritornar nel suo pristino colore. Il seme del cedro, & la sua scorza beuuta, ò applicata hà proprietā contra ogni veneno. Li pōmi chiamati aranzi, & gli limoni nella sua acetosità hanno gran similitudine, con l'acetosità del cedro; mà le sue scorze non sono di tanta virtù, come quelle del cedro.

ANNO

ANNOTATIONI.

S E ne fà de' cedri conditi, torte, & pastixxi al- Cedri.
l'Ingleſa molto delicati, quali aiutano la dige-
ſtione: li cedri di Garda ſono li più lodati; mà ſono
più piccioli. Della prima ſcorza gialda ſe ne fà condi-
to co'l zuccaro, utile per la digeſtione, & per il cuo-
re, e ſtomaco: Si fà poi condito di tutto il cedro, qual
è poi temperato, come ancor acqua ſillata per lam-
bico, utile alle feбри maligne, e coſi gionna il ſuo ſyro-
po, e condito fatto co'l agro, e zuccaro, il ſeme amaz-
za i vermi.

Li limoni ſono di tre ſpecie, alcuni ſi dimanda Limoni di tre
no citrati per haner qualche ſomiglianza con i ce- ſpecie.
dri, et queſti hãno quaſi l'ſteſſe facoltà, ch'hãno li ce-
dri; altri ſi dimandano limie, c'hanno poca ſcorza,
& ſono pieni di ſugo, il quale ſ' uſa nelle viuande,
& ſopra le carni arroſtite, & ſalſe per incitar l'ap-
petito. Delle limie ſi fà acqua lambicata, per leuar l'acqua ſil-
le macchie, & teticchie, & per ſcacciar la renella, la laſa leua le
ſua acredine, reſiſte alla putredine, amazza i vermi, macchiò.
& conferiſce alle feбри maligne, & reſiſte al furor
della bile, il detto ſugo cura la gbonorea, dato con
il giulepo roſato al peſo di tre oncie: guariſce la ro- Altre virtù.
gna, e le imperigini meſcolato co'l zolfo viuo: Il
ſeme amazza gli vermi; mà non è coſì buono, come
quello del cedro. Della ſcorza de' limoni, & cedri
macerati prima nell' acqua, ſe ne caua vn'oglio per- Ooglio di ſcor-
fettiſſimo, d'odor ſoave, & eccellentiſſimo alla pe- za di cedro.
ſte, dandone alquante goccie co'l brodo, & eſcita an-
cora li ſudori, dandone con l'acqua di cardo benedet-
to, & queſta parte oleagiноſa ſtã nella ſuperficie
della

della loro corteccia, chiamata da chymici sulphurea, come la parte acida vitriolata, qual incide, & assottiglia gli viscosi humori, & si come metendoui perle, o gemme le dissolue in acqua, così ancora fa preso per bocca; perciò si marauiglia il Quercetano, così scriuendo nel suo Pollybistoricon.

*Quercetano
par che nega
il sugo di li-
moni esser
freddo.*

Quid hac phylosophia iucundius? quid præstariis? In ea enim qui profundius veritatus est, ab occultis illis proprietatibus, ad quas tanquam ad asinorum pontem multi confugiunt, facile excusantur. Communis est medicorum opinio, frigidos esse istiusmodi liquores; frigidi autem est condensare, & constringere. Sed quis non videt, illos contraria prorsus operatione incidere, attenuare, & dissoluere; quod non frigoris, sed caloris propriè officium esse, alias credit. Sene fa ancor vn' acqua utilissima alle renelle, piglia-

*Acqua per la
pietra, & re-
nella.*

do di sugo di limoni lib. vj. acqua di vita lib. ij. sugo di cipolla lib. j. di rassano seluatico, & domestico tagliati in pezzi di ciascun vn'albra, herniaria macerata in vin bianco onc. vj. poluer di lattuario giustino onc. ij. si maceran ogni cosa insieme per ventiquattro hore, & indi si distilla ogni cosa a bagno Maria,

*Virtù del se-
me.
Le ponte rene-
relle.*

& se ne da onc. iij. più o meno, con alcune goccie d'oglio di vitriolo. Le ponte renelle dell'albero de' limoni sono buone nell'insalata, & confortano il cuore: la terza specie de' limoni, si chiama limoncelli piccioli, dolci, quali si mangiano con la scorza, & se

*Limoncelli dol-
ci.*

ne fa ancora conditi. Questi limoncelli sono celebri nella mensa del Sereniss. Duca di Savoia Carlo Emanuel, & dal detto Prencipe assai commendati, per il loro grato sapore, & odore: se ne portano ogidi ancora de grandi di simile qualità. L'acqua di tutte le spe-

REGOLE DELLA SANITA. 143

le specie de' limoni, stillata polisce il viso, guarisce le
 volatiche, & li pedicelli: l'oglio del seme de' limo- *Qualità.*
 ni inontato sopra il pettine, fa morire quei piccoli
 animaletti, che rodono li capelli, e buono al cuore, re- *Ooglio del se-*
 siste ancora alle feбри maligne. Sono ancora di *me.*
 tale proprietà li pomi d' Adamo; mà non di tanta
 efficacia, & non offendono lo stomaco. I citroni an-
 cora altri sono dolci buoni alle passioni del petto, al-
 tri di mezzo sapore, buoni nelle feбри acute, doue è *Citroni.*
 passion di petto, o pulmone, vsati co'l zuccaro, & li *Viriu.*
 più vsati sono li agri bonissimi a quel che promette il
 limone; mà non è di tanta efficacia: del suo sugo se ne
 dà co'l seme d'esso per far morir i vermi a fanciul-
 li: si cōdiscono ancora inuieri vtili per cōfortar lo sto- *Conditi.*
 maco, & il cuore: la loro corteccia aiuta la digestio-
 ne, conforta il cuore, & specialmente condita: se
 ne fa d'essa ooglio buono alle passion dello stomaco,
 & del cuore. V'sano ancora i piccollini, & hanno
 l'istesse facoltà.

DEL PISANELLI.

CHe siano ben maturi, e grossi, & che sia. *Electione.*
 no nati in paesi caldi, & non si magino
 subito, che sono staccati dall'arbore.

Sono ottimo rimedio contra il veneno, & *Giuamenti.*
 la sua scorza fa digerire il cibo, & rende buo-
 no il fiato della bocca.

Si digeriscono tardi, e sono molesti a quei *Nocumenti.*
 ch'hanno la testa calda, e se di sera si mangia-
 no, fanno venire la vertigine.

Maggiàoci appresso viole fresche odorifere, *Rimedio.*
 ouero zuccaro, violato che sia fatto di fresco.

La

144 REGOLE DELLA SANITA.

Gradi.

La scorza, & i semi sono caldi, e secchi nel secondo grado, la polpa è fredda, & humida, l'acetoso è freddo, & secco nel terzo grado.

Tempi, Età.

CompleSSIONi.

Crudi non sono buoni per nessuno, in nessuno tempo, mà conditi co'l zuccaro diuentano buoni per tutti, & per sempre.

HISTORIE NATVRALI.

L'Agro del Cedro genera vna ventosità, qual risolouono la scorza, & il seme; la scorza posta ne' panni proibisce le tarme; & il suo odore è contra la peste, e contra l'aria corrotta. Il cedro si hà da māgiar solo, cioè ne prima ne poi. Il seme gioua alle Morici tolto co'l vino, & à tutti i veleni, massime di scorpioni; il sugo rinfresca, leua le passioni del cuore, toglie la sete, & muoue l'appetito. Il cedro non si vede mai senza frutti, & se bene i grossi sono più belli da vedere; nondimeno quei del lago di Garda, che non passano la grandezza de' limoni, sono più grati al gusto la loro decottione tenuta in bocca fa buon fiato, si deuono mangiare conditi co'l zuccaro, che diuentano migliori, & non crudi.

Se prenderete vn cedro, & lo farete cuocer in acqua rosata, & zuccaro, per sino à tanto, che sia consumato in sugo, & poi vsarete ogni mattina vno, ò due cucchiari di quel sugo, & decottione in tempo di peste, trouarete gran perseruatione al corpo vostro, acciò non venghi à infettarsi dalla peste. Il che fa parimente il suo seme, del quale se ne mondate cinque, ò sei grani dalla corteccia, & li mangerete la mattina à digiuno, li trouarete molto cordiali,

REGOLE DELLA SANITA. 145

diali, & perferuatini da ogni veneno, da peste, & da vermi, onde si dice. Medica mala quidem, nec mala, nec medica. Oltra ciò posto il cedro nelle vesti, le preserua dalle tignole, & gli da buono odore, del quale parlando Virgilio nel secondo della Georgica dice.

Media fert tristes sucos, tardumq; saporem,
Felicis mali, quo non praesentius vllum
Pocula si quando sauae infecere nouercae,
Miscueruntq; herbas, & non innoxia verba,
Auxilium venit.

Douena ancora il Pisanelli far mentione di quell'altro frutto, che d'alcuni si chiama pomo d'Adamo, & da noi limia, il cui seme fa il medesimo effetto, che fa il limone, ancor che più debolmente. Il suo seme è ancor contrario a' veneni, & fra l'altra virtù, che possiede, questa è vna, che guarisce la rogna, pigliando vna limia, & tagliatola per mezzo, viempira di solfore trito, & cotta sotto le ceneri, & poi fricarne il corpo rognoso. Le medesime parti della limia scaldato parimente sopra la rogna, & messoni dentro vnguento populeo, mitigano i dolori delle moroide, spegnendo l'infiammation loro applicandole fredde.

DEL PISANELLI.
De' Limoni.

He siano con l'odor di cedro, ben maturi, ben coloriti, & per alcuni giorni siano stati distaccati dall'arbore. *Elettione.*

Il sugo loro risueglia l'appetito, ferma il vomito, *Giosament.*

K

mito,

mito, incide gl'humori grossi, & resiste alle febri maligne.

Documenti.

Raffreddano gagliardamente lo stomaco, fanno venire i dolori colici, & fanno smagrire, generano humori melanconici.

Rimedio.

Vsandoli di rado in poca quantità, senza la scorza, che siano stati infusi nell'acqua, & ponendoui sopra la cannella, & si leui la scorza.

Gradi.

Sono freddi, & sechi nel secondo grado.

Tempi, Età,

Sono buoni solo ne' tempi molto caldi, per

Complessioni.

i giouani, & per li colerici, mà sono nemici à i flemmatici.

HISTORIE NATVRALI.

DE' limoni si lambicca co'l vetro l'acqua, la qual polisce il viso alle donne, guarisce le volatiche, & i pedicelli; Posto il sugo ne' syropi, sana le febri pestilenti, & amazza i vermi del corpo, & il suo sugo, quando sono acerbi, al peso d'vn'oncia, e mezza, con la maluasìa, caccia le pietre dalle reni. Non danno i limoni al corpo humano nessuno nutrimento; perche mordicano con la sua acetosità lo stomaco, stringono il ventre gagliardamente. Non l'usi chi hà lo stomaco freddo. Ci sono i limoncelli piccoli, il cui sugo scaccia la pietra valentemente, e particolarmente li Napolitani, & i Genouesi hanno per costume tagliarli minuti, e ponerli sopra sale, & vn poco d'acqua rosa, & mangiarli in compagnia delle carni, e de' pesci; perche fanno venire appetito, & saper buono il bere, & dalle reni, e dalla vessica cacciano la renella gagliarda.

REGOLE DELLA SANITA. 147

liardamente. Et certo non si troua falsa miglior
li questa.

Il sugo de' limoni fa andare via la rogna, gua-
risce il scolamento delle reni, beuuto alquanti giorni,
cua il pizzicore, amazza le lendini, & netta le
macchie d'inchiostro sopra i drappi. Il medesimo
sugo colato due, o tre volte, & in esso lauando le
uerle intiere, poi facendole star à mollo, & final-
mente al Sole frà cinque, o sei giorni diuentaran-
no si tenere, come il mele, di sorte, che potrete
ormarne quel che vorrete, come sogliono far gli
Alchimisti. Il detto sugo è tanto corrosiuo, che fa-
cendogli star à mollo un pezzo d'oro, lo trouarete
l'egerito del suo peso. L'oglio del seme de' limo-
ni è buono per le donne; perche vngendone il petti-
e, fa morir quei animaletti, che sogliono rodere i
ipelli, & vale à confortar il cuore nelle febri ma-
gne.

DEL PISANELLI.

Nelli Aranci.

CHe siano assai gradi, ben maturi, coloriti, & *Electione.*
di mezzo sapore: perche i dolci sono al-
quanto caldi, & i bruschi sono nociui allo
stomaco.

I dolci sono buoni per i melanconici, & per *Giuamenti.*
catarrofi, & leuano l'oppilatione. Quelli di
mezzo sapore sono ottimi nelle febri, e risue-
gliano l'appetito.

Gli acetosi fanno il corpo stitico, raffred- *Nocimenti.*
dono lo stomaco, & astrengono il petto, &
arterie.

Mangiandogli appresso la sua scorza co'l *Rimedio.*
K 2 zucca-

zuccaro ch'è molto stomacale, & mangiando di quelli in poca quantità.

Eradi.

Gli acetosi sono freddi nel primo grado, & secchi nel secondo. I dolci hanno del caldo temperatamente.

*Tempi, Età,
Complessioni.*

Sono buoni i dolci per i vecchi, e gl'acetosi ne' tempi caldi per i giouani, & per i colerici, e sanguigni.

HISTORIE NATVRALI.

GLi Aranci non sono d'vna specie; mà alcuni sono dolci, e questi declinano al caldo temperatamente, e sono pettorali. Altri sono acetosi, e questi smorzano la sete, risvegliano l'appetito, e stringono il corpo valentemente. Altri sono di mezzo, & questi sono grati al gusto sono ottimamente nelle febri coleriche, leniscono la gola, e leuano la sete, & questi sono freddi, & secchi temperatamente. I fiori sono di color d'argento, & se ne fa acqua, che supera tutti gli odori; le frondi sono di smeraldo, & i frutti d'oro: onde sono detti *Aurantia*, sono contra le febri pestilenti. Di questi parlò Virgilio dicendo: *Aurea mala decem misi, cras altera mittam.* In Roma si chiamano *Melangoli*, & in Napoli *Citrangoli*. Della loro scorza secca se ne fa poluere, la qual amazza i vermi, e presa nel vino preserua dalla peste.

La scorza dell'arancio, & il suo seme sono molto cordiali, & valegrano grandemente l'animo. La scorza dell'arancio sà buono fiato alla bocca, & preserua l'huomo dalla putrefactione de gl'humori, & se si metterà ben asciuta ne' panni, li conseruarà potente.

REGOLE DELLA SANITA. 149

mentemente dalle tignole. Tagliata la scorza fresca in pezzi, & infilzata in vn filo, & posta poi in vn'ampolla, che non tocchi il fondo, & tenuta al sole per quaranta giorni, rende vn liquor mirabile per le macchie de gl'occhi. Il seme mangiato, ammazza i lumbrici. L'arancio tagliato per mezzo, & empito d'aloè, & mirra, & messo sopra le ceneri calde, spremuto, fa vn liquor, ch'ammazza i vermi, vngendo l'ombilico. La scorza co'l seme ridotta in poluere, & beuuta, è vero per modo d'unguento applicata, porta gran proprietà contra ogni sorte di veneno. Il medesimo, & più gagliardamente opera la scorza, & granelli de' cedri, & l'acqua, che si distilla dalli medesimi grani, beuuta con due, o tre goccioline d'oglio di vitriolo, rompe le pietre delle reni, & della vefica.

DE CARCHIOFFI.

Non hauēdo il Benzo fatto mentione alcuna de Carchioffi, Cardi, & Carchioffi: perciò seguitando suo ordine descriveremo què le loro proprietà. I carchioffi, si portano da noi nell'inuerno, & di Primavera da Genoua, e Nizza di Prouenza, e quando que'li nò sono più buoni, si māgiano nell'estate quei della montagna di Torino, Casalborgone, Gassino, Rivalbè, Castiglione, e Buzzolino, & d'altri luoghi, e q'li tenerelli sono più cōmēdati alle tauole crudi, che cotti, e si mangiano co'l pepe, e sale, o vero bolliti prima, e poi frutti co'l grasso nella padella, e gl'altri più maturi si mangiano cotti, & aconcij co'l buiro, pepe, e sale, o vero si cuoceno nel brodo di carne grassa: se ne fa ancora pasticij, o torte con

150 REGOLE DELLA SANITA.

piccoli piccioni, creste, e testicoli di galli, rossi d'oua, specie aromatiche con l'altre cose, che li vana insieme: cibo certamente delizioso. La meglio parte è quella tuberosa, che ritiene le squame di carchioffi: ma che non si ba buta; perche all'hor per la vecchiezza diventa poco gustuole. Si loda no ancora i teneri sorcoli, leuandoli la scorza amara di sopra, & si cuoceno co'l brodo grasso, & v

Carchioffi senza spina.

poco d'aceto, sale, e pepe. Quelli che sono senza spina sono ancor di simil natura. Crudi sono più difficili à digerire, che cotti: Aguzzano l'appetito, scaldano lo stomaco, tagliano la crassa pituita, escitano vene, fanno l'urina pazzolente, muouono l

Simeon Sethi.

venosi, & aprono le ostruzioni. Simeon Sethi dice quando è duro, ch'è di cattino nutrimento, & che genera crasso, & melanconico humore; perciò si debba sempre mangiar la parte più tenera.

Il cardo è di simil natura; ma perche fanno il carchioffo caldo, e secco nel secondo. Io sono di parere, che il cardo si più presto humido in quel grado, che secco; perche genera copia de' flati, & incita il coito, massime cotto co'l brodo di capon grasso: qual ordinariamete si mangiano nell'autunno, & nell'inverno fatti teneri, & bianchi sotto terra: i più lodati à noi sono quei di Chieri, & alcune volte si fanno ancora delle piante di carchioffi; ma non così saporiti: crudi nuoceno allo stomaco, come ancora frutti, il suo correttiuo è il pepe.

Il seluatico non s'usa per cibo in Piemonte; ma in Mompellieri mangiano le ponte tenerelle d'esso: qual si chiama Scolymo di Dioscoride, e da France si chardonerette, & si acociano come gli asparagi. L'Pena ancora scrinc, che se ne mangia in Italia, &

specia-

REGOLE DELLA SANITA. 151

Specialmente i suoi capitelli tenerelli, quando non sono ben aperti, & il suo fiore s'usa per far coagular il latte, e credono che tal cardo giovi contro le sterilità delle donne. Nelle mareme di Narbona si ritroua il Scolymo di Theophrasto, e si mangia, come dice il Clusio, crudo quando e tenerello, ò cotto nel brodo di carne grassa, e massime le radici da quei di Salamanca. La pianta è latticinosa, & d'esso latte l'usano per coagular lo latte, & del fiore ne falsificano il zaffarano. Alcuni sono stati di parer, che Scolymo giovi allo stomaco, & che il cardo l'offendi, ma sono di parer, che quello lo faccia crudo; ma non già cotto co'l brodo, & aconcio con gl'aromati.

DEL PISANELLI.

I Cardi siano teneri, fatti da i Carcioffi, che sono più saporiti. I carcioffi siano tenerelli, e non duri. *Electione.*

Sono grati al gusto gl'vni, e gl'altri prouocano l'vrina, muouono la ventosità, & aprono le ostruccioni, & accrescono il coito. *Gionamensi.*

Sono i cardi molto ventosi, nuoceno alla testa, grauanò lo stomaco, e tardano la digestion; perche si mangiano crudi. I carcioffi nuocendosi non nuoceno tanto. *Nocimenti.*

I cardi si hanno da mangiare con pepe, e sale nel fine delle mense, cotti, e crudi, e i carcioffi cotti nel brodo con l'istesso condimento. *Rimedio.*

Sono caldi, nel secondo grado, & secchi nel primo. *Gradi.*

Sono buoni gl'vni, e gl'altri più cotti, che crudi, ne' tempi, età, e complessioni fredde. *Tempi, Età, Complessioni.*

HISTORIE NATVRALI.

Quantunque siano molte specie di cardi, nondi-
no quei che si usano per cibo, sono i cardoni,
che con arte si fanno bianchi, e teneri, e con sale,
e pepe si mangiano crudi nel fine del pasto, per-
che eccitano gl'appetiti venerci, e fanno parere
più saporito il vino. Già non nasceuano se non in
Sicilia, mà hora sono copiosi per tutto. Dell'istessa
specie; e qualità sono i carcioffi, detti da Teofrasto
cardui Pince; perche hanno la forma della Pigna,
mà questi sono migliori cotti, che crudi, cauandone
prima di dentro il lanuginoso seme, e mangiando
quello, che vi resta, simile alli Ceffaglioni di Sicilia, e
di Napoli. Gl'vni, e gl'altri riscaldano le viscere, e
sono ventosi, e però fanno star dritto il membro
genitale, onde con le specie se gli leua ogni malitia.
Alcuni mangiano i seluaticchi, mà à me pare, che i
domestichi siano di gran lunga migliori. Meglio
sarebbe, che gli vni, e gl'altri si mangiassero cotti.

Chi cerca di viuere longamente sano, fugga l'uso
de' cardi, & de' carcioffi, i quali ancor, che siano
caldi, inducono però ostruccioni per il lor sugo
crasso, & melanconico, si come ne dimostra Oriba-
sio nel lib. 3. al cap. della bontà, & malitia de' cibi,
& Galeno al 2. de gli alimenti dice, parlando de'
carcioffi, praua succi est edulium, ilche s'inten-
de ancora del cardo per esser tutti di vna medema
specie. Gioua però la decoctione del carcioffo à co-
loro, che patiscono fetore sotto le scelle, lauandosi
con essa. Così la decoctione della radice prouoca l'o-
rina, & i menstrui alle donne. Et come dicono al-
cuni

REGOLE DELLA SANITA. 153

tuni vale alla scolation de' reni, ilche non par
ragioneuole, poiche à coloro, che patiscono tal ma-
le, & spesso mangiano di carcioffi, ò cardì, augu-
menta lor' il flusso del seme, ò sia la scolatione; vo-
glion' alcuni, che'l sugo delle foglie de' carcioffi, dato
à bere alle donne alla quantità di quattr' oncie, facei
conoscer, s' elle sono grauide ò nò, perche se sono
grauide, lo vomiteranno.

DEL COTOGNO. Cap. XXII.



L cotogno è freddo nel primo, & *Cotogno.*
secco nel secondo, quando non è *Virid.*
perfettamente maturo, graua lo
stomaco, & è di difficile digestio-
ne, ancora quelli, che sono di mezzo sapore, ò
acetosi nuoceno, se ben che tali al flusso del
ventre sijnno migliori.

Il modo più lodato di condir il cotogno, è
leuarli le animelle di dentro, & incauarlo be- *Condito di cen-*
ne, & dentro alle cauità metterui del zuccaro, *sogni.*
ò mele, & indi ben inuilupato di luto, ò stop-
pa bagnata, acciò non vi possi entrar' altra co-
sa dentro, si metterà à cuocer sopra le braggie,
& così cotto, e mangiato gioua allo stomaco,
& genera appetito. Co'l sugo del cotogno, si
fa vn syropo, qual gioua alli flussi del ventre, *Syropo.*
e lenissel' asprezza della gola. La muccagine del
suo seme proibisce lo sputo del sangue. Il co- *Qualità.*
togno per se stesso è stitico, & quando si pren-
de auanti il cibo, conforta lo stomaco, & re-
stringe il ventre, e quando si riceue dopò il pa- *Viridi.*
sto, sigilla lo stomaco, & per la sua stiticità

com-

154 REGOLE DELLA SANITA.

comprime il cibo, & muoue il ventre, & se si mangia in gran quantità, fa descender il cibo indigesto, & questa è quasi regola commune di tutti li cibi stitici, i quali presi auanti il pasto, stringono il ventre, & dopò al pasto lo leniscono.

ANNOTATIONI.

Sono li cotogni chiamati da Latini *Cydoneum* da *Cydone* luogo nell' Isola di Candia, & si portauano i frutti conditi nel tempo di Galeno à Roma da Spagna, & Soria: come fanno à noi da Genoua, & Napoli, & à Parigi da Orleans. Et à Genoua si aconciano in varij modi: mà la più celebre conditura è quella in forma solida chiamata *persigata*, qual si fa nell'impronti con varie figure.

*Cotogni di tre
sorti.*

De' cotogni gl'è ne sono tre spetie; & i più lodati sono quelli, che si dimandano mele cotogne, 1 che sono picciole, piate, e coperte da lanugine, di- 2 uise in parti gialle, e lanuginose, & quando sono ben mature, sono più odate, che l'altre. Di queste se ne fa la cognata più colorita, & più saporita. L'altre sono più grosse senza seme, 3 & tengono il secondo luogo. La terza specie,

*Virtù de' se-
me di cotogni.*

si chiamano pera cotogne, & sono le mancolodate, se ben il loro seme sia bonissimo a gli affetti del petto, et del pulmone, à tifici, & la loro mucilagine, vale alle scottature del fuoco, alla tosse causata da catarro

*Vin de codo-
gni.*

sottile, & allo sputo del sangue; & alla ophthalmia; se ne fa del cotogno vino buono al vomito, & alle passioni dello stomaco calde, come anco alle passioni fredde, aggiogedoui vino, mele, & aromati. Il vino del

coto-

REGOLE DELLA SANITA. 155

cotogno, si conuertere tal volta in aceto forte, buono
per stringer il corpo. Li cotogni cotti co'l zucchero, ^{Aceto.}
vino, e garofani sono bonissimi per aiutar le dige- ^{Virid.}
stione. Il Mathiolo scriue, che il cotogno mangiato
dalle donne grauide, che partoriscono i loro figliuo-
li ingegnosi, & industriosi. Levandone il seme, &
ponendoui in luogo del seme della cera nuoua gialda,
e poi cotti sopra le braggie, sono potentissimo reme- ^{Per il flusso}
dio per stagnar il flusso del corpo; come fanno li ^{del corpo.}
codogni, conseruati nell'aceto pesti, & mescolati
con oglio rosuo, e posti sopra il ventre. L'oglio di ^{Ooglio di codo-}
cotogno beuuto acquieta li dolori dysenterici; ma ^{gni.}
vuol esser fatto con diligenza, & da esperto artesi-
ce. Delli cotogni se ne fa diuerse sorti di cotogna- ^{Conditi varij}
te, e gelatine, le quali usate auanti il cibo, astringe ^{de' codogni.}
gono, & esecitano l'appetito, come afferma Aëtio,
fermano il vomito, curano la colera, diarea, & dy-
senteria, come ancora la passion celiaca, & la lien-
teria, accompagnata però con cinamomo, macis,
&c. Vide Galeno nel 6. de sanitate tuenda.

Alcuni fanno cotognata solutina, con il diagri- ^{Codognati so-}
dio, e mastice, per purgar la cholera: con il turpeto, ^{lutina.}
esula, e mechioacan, per purgar la flemma: con l'hel-
leboro, & sena per purgar gl'humori melancolici. ^{Veneno, che se}
Vedi il Diacitonium di Mesue, il Diarob del Tusi- ^{spegne co'l co-}
gaano, &c. Fassi vn veneno nel regno di Nauar- ^{dogno.}
ra, co'l bianco helleboro, per auellienar le frezze, &
balle d'archibuggio, qual subito, che tocca il sangue
dell'animale, o vicino, o lontano, che sù l'amazza,
& il miglior gusto della parte dell'animale, e quel-
la parte, doue è stato ferito, & ritrouandosi tal
veneno appresso gl'alberi del cotogno, quando so-
no fioriti, subito sua facoltà resta estinta, & nella
val

156 REGOLE DELLA SANITA.
val d'Angrogna dicono, che tal veneno lo fanno
co'l sugo del Napello, & fa l'istesso effetto.

DEL PISANELLI.

- Elezione.** **Q**Velli, che propriamente si dicono me-
li cotogni, che sono picciole, piatte,
compartite in fette, gialle, l'ampignose, è più
odorate dell'altre, e che siano ben mature.
- Gionamenti.** Rallegrano, e confortano il cuore, & for-
tificano la bocca dello stomaco, stagnano i
flussi, e racconciano i stomachi rilassati, se si
mangiano dopò pasto.
- Uocumenci.** Nuocono à i nerui se si mangiano crude, &
auanti pasto in troppa quantità, & à molti
fanno risvegliare i dolori colici, quando non
sono ben mature.
- Remedio.** Cuocendosi bene nel mele, ouero dopò, che
sono cotte, mettendoci sopra molto zucca-
ro, muschio, ouero facendosene la codognata.
- Gradi.** Sono fredde nel fine del primo grado, e sec-
che nel principio del secondo.
- Tempi, Età, Complessioni.** Sono buone nell'Autunno, e nell'Inuerno
per tutte l'età, e per tutte le complessioni, ben
cotte, e mangiate in conueniente quantità.

HISTORIE NATVRALI.

Sono tre specie di cotogni, la prima è quella, che
si chiama propriamente mele cotogni, che sono
le migliori, la seconda sono quelle, che volgarmē-
te si dicono Pere codogne: le prime si chiamano
da' Greci Cydonia; perche furono portate in Italia
da

da Cidone castello di Candia; le seconde sono dette da Dioscoride, e da Galeno struthie, che sono molto simili alle Pere: le terze si dicono bastarde, perche nascono da gl'innesti fatti dall'vna specie sopra l'altra. L'odore delle cotogne gioua à tutte le passioni del cuore, & è contra l'imbriachezza. Mangiate auanti cibo stringono il corpo, e dopò il cibo lo rilassano. Mangiate crude fanno dolor pungitiuo nel ventre; e però si hanno da mangiar cotte, e non crude. Le cotogne se bene stringono il corpo; nondimeno per accidente prouocano l'vrina, fermano il vomito, & tengono à basso i vapori, che non vadino al capo. Le cotognate, che si fanno co'l zuccaro è muschio d. minuiscono l'humor melanconico. Al tempo di Galeno si portauano di Soria, e d'iberia le cotognate à Roma.

E cosa marauigliosa quella, che si dice de' Cotogni, che s'vna donna grauida ne mangia, partorisce il figliuolo di buon'intelletto, & prudente. Scrivono parimente, che la radice del cotogno attaccata al collo di chi patisce di scrofole, le guarisce, mà bisogna prima, che segni la terra à torno con la man stanca, & dica perche, & per cui si facci questo. Il medemo si dice del gozzo.

Il seme del cotogno messo con acqua rosata, & oglio rosato, gioua à saldar le piaghe delle gambe infiammate. È noto ad ogn'vno, come l'odor del proprio cotogno è contrario ad ogni veneno, & fà buon fiato: la onde il buon Solone commandaua alle donne maritate, che non andassero à dormir con i lor mariti, che prima non hauessero mangiato del cotogno; ilqual oltra le predette qualità, hà ancor virtù di confortar lo stomaco, & fermar il flusso del

158 REGOLE DELLA SANITA.
del corpo; Perciò ancor, ch'io habbi detto Solone cō-
mandar alle donne, che ne mangiano auertischino
d'astenersene, quando elle sono vicine al parto.

DELLA CASTAGNA.
Cap. XXIII.



A castagna è calda nel primo, & sec-
ca nel secondo, è di grande, e
buon nutrimento, essendo masti-
cata bene, & quando si digerisce
bene ingrassa; sarà ancora di maggior nutri-
mento mangiata, co'l zuccaro per colerici,
& con il mele, per quelli che sono flemmatici.
Le castagne sono di difficile digestione, gon-
fiano il ventre, generano ventosità, & taluol-
ta dolor di testa; perche sono difficili da dige-
rirsi, & perche ritengono li fumi nello stoma-
co, bruggiatando la castagna per l'astatione,
si rimuoue il suo nocumento, infuse nell'ac-
qua, prouocano l'vrina. Alcuni biasmano la
Nocumenti. castagna, dicendo che il loro nutrimento è si-
mile al nutrimento delle giandi, la onde dico-
no esser più presto nutrimento da porchi, che
da huomini.

ANNOTATIONI.

*Castagne sono
specie de gian-
di.*

TRa le specie de giandi sono ancora annume-
rate le castagne, le quali sono celebri per uso,
e nutrimento dell'huomo, come ancora afferma Ga-
leno nel secondo de alim. facult. auertisse nondime-
no nel libro de attenuante victus rat. che se ne
debba

REGOLE DELLA SANITA. 159

debbia mangiar in poca quantità, dicendo nel libro
 de cibis boni, & mali succi, che sempre offen-
 dono, così dicendo siue in aqua coctæ, siue tostæ,
 siue etiam frixæ, semper esitantibus noxam in-
 erunt, multoque magis, si crude edantur,
 dice ancora, che esse generan vn'alimento crasso, e
 iimeon Sethi dice, che tardi passano, & che diffi-
 cilmente si digeriscono, che facciano ancora dolor
 li testa, escitano flati, e rendono stitico lo ventre.
 Altri dicono, che vna volta vinte nello stomaco, che
 ingrassano, & che riempino i magri rugosi. D'ssile
 come recita Atheneo) dice, che se ben si digerisca-
 no con difficoltà, sono però di gran nutrimento, &
 di buono sugo: Sono ancora flatuose, perciò incita-
 no il coito; perciò la nostra gente Alpina, è molto
 prolifica, poiche molti si nutriscono a' esse, quasi tut-
 l'anno; perciò sono le loro donne feconde. Sono
 flatuue, stringono il ventre; perciò la decottion di
 Te con la scorza è lodata da Plinio Valeriano alla
 dysenteria, & passioni ventrali, e per il sputo del
 sangue, & a queste infermità, loda il Dodoneo la lo-
 ra farina mescolata co'l mele, in forma di lattuario,
 come ancora recita il Ruellio della poluer della secon-
 da scorza, data al peso d'vna drama co'l vino au-
 uero, & aggiuntoui altro tanto di ramenti d'Auo-
 uo, & beuuta con l'acqua di Nymsea guarisce i
 enstrui bianchi delle donne. Le più celebri sono
 grosse chiamate da Francesi marrons, & di que-
 se ne fanno i biscotti, quali infilzati si conser-
 uano tutto l'anno, seccate prima al fumo; mà così
 no nociue allo stomaco più dell'altre. Le castagne si
 mangiano aconcie in diuerse maniere, ò toste, ò alef-
 ò seccate al fumo prima sopra certi pauimenti di
 canna,

tagna, ò legno, e poi mondate dall'vna, & altra
 scorza, & di queste molti ne fanno farina per far-
 ne del pane, come in certe Prouincie di Francia,
 chiamate Limogies, & Perigordins è, queste crude
 con difficoltà si digeriscono: si biasmano le seluati-
 che, & picciole dette da noi Piemontesi pognenghe,
 ò siano pognenti: Laudatissime sono l'Aslegiane
 se ben r'è ne siano in poca quantità, & il simile
 quelle dell'Api liguri, & trà quelle che vengono
 nell'Alpi Occidentali sono celebrate, quelle d'Enuie
 loco poco distante da Saluzzo, e Barchie: Il correti-
 uo loro è cuocerle con grana di fenocchio, ò vera
 cotte sotto le braggie, ò nella craticella di ferro, e
 poi recotte co'l butiro, sale, e pepe, e sugo de limo-
 ni: Nutriscono assai cotte nel latte, come ancora
 quelle, che si mangiano co'l vino: piene di vento, e
 nociue sono quelle, che si mangiano cotte con la lo-
 ro scorza, senz'altra preparatione. Nel Stato del-
 l'A. Serenissima di Savoia molti la maggior parte
 dell'anno non viuono d'altro, che di castagne, & so-
 no robusti, e sani, come sono quei ch'hanno l'Al-
 pi Liguri: come nel Marchesato di Ceuà, nel man-
 damento del Mondouì verso Frabozza, val d'One-
 glia, Marro, Tenda, Cunio: & versol'Alpi Co-
 tie, il Marchesato di Busca, quel di Saluzzo: val di
 Lucerna, val di S. Martino, Perosa, Pinerolo,
 Giaueno, val di Susa; Marchesato di Lanzo, Val-
 perga, val di Pont, di Bros, Agosta, Iurea, Biella
 sino alle vali di Sesia, nel Ducato di Milano, le qua-
 li vali sono abbondantissime di castagne, latticini, &
 altre cose necessarie al viver humano.

Di simile natura sono le giandi di Spagna, chia-
 mate da Spagnoli vellotas, le quali cotte sotto le brag-
 gie si

REGOLE DELLA SANITA. 161

gie si mangiano da grandi alla seconda tavola, & sono molto delicate: nascono ancora nell' Apulia, perciò disse Horatio.

Quale portentum, neque militaris.

Daurica in latis alit eiculetis, &c.

V'è ne d'una specie, che mangiando i rustici tal frutto cotto l'abbuiata, come se hauessero mangiato pane col l'oglio. Galeno vuole, che si debban fuggir le grandi chiamate *αχύνες*, per esser acerbhe & dure & insuani, & se ben siano cotte alessio dice, che sono di difficil digestion, & di crasso sugo.

DEL PISANE L L I.

Che siano grosse, e però sono migliori di tutte i maroni: e dopò che sono colti, se *Electione.* per lungo tempo si conseruano, si fanno più saporiti, e più sani.

Prouocano il coito, per esser ventose, e dano grandissimo, e buon nutrimento, e sanano i *Gionamenti.* ulsi, e pestate con mele, e sale, sanano il morbo del can rabbioso.

Mangiare abundantemente ne' cibi fanno doler la testa, generano ventosità, stiticano il *Nocumetti.* corpo, e sono dure da digerire, massime se si mangiano crude.

Se si arrostiticono sopra le braggie, si sepelicono per vn pezzo nelle ceneri ben calde, & *Rimedio.* poi si mangiano con pepe, e sale: ouero con molto zucchero.

Sono calde nel mezzo del primo grado, & *Gradi.* secche nel secondo.

Sono buone ne' tempi freddi à tutte l'età, e *Tempi, Età,* complessioni, purché siano ben stagionate, ben *Complexioni.* cotte, e non in souerchia quantità.

L HISTO:

HISTORIE NATURAL

LE castagne tengono il principato trà tutte le sorti di giande, e queste sole trà tutti i frutti seluatici danno al corpo nutrimento notabile; mà però non si lodano ne' cibi cottidiani. Amano i luoghi freddi, e però nelle montagne diuengono bellissime: anzi ne' luoghi doue nasce poco grano, si seccano su le graticcie al fumo, e poi si mondano, e se ne fa la farina, che supplisce per far pane. La calidità delle castagne si conosce dalla dolcezza, e la siccità dal sapore. Quādo si cuoceno su le bragge, pdono la ventosità, e fermano il vomito: Quando si digeriscono bene fanno buono, e molto nutrimento: Co'l zuccaro giouano à i colerici, e co'l mele à i flematici. Non si cuocano nella padella sopra la fiamma perche da quel fumo acquistano vna qualità soffocante, mà prima su le bragge, e poi sotto le ceneri calde si sepeliscano per vn pezzo.

Non si scriue altra virtù della castagna, se non, che applicata in forme di impiastro con aceto, son-
gia, & farina d'orgio sù le mammelle dure, le molli-
fica, pestate con sale, & mele si applicano sù i morsi
de' cani arrabbati. Le scorze loro entrano il più del-
le volte nelle liscie, che si fanno per i capelli biondi.
La seconda pellicula della castagna beuuta in poluere:
& messa nell'impiastri, restringe i menstrui super-
flui alle donne, alle quali beuuta al peso di due dra-
me, con la medema quantità di rasura di auolio,
restagna il flusso bianco.

Non sò, come le castagne possino portar al corpo
buon nutrimento, atteso, che sogliono generar vn sugo
grosso

REGOLE DELLA SANITA. 163.

grosso, qual induce ostrutioni, sono ventose, con difficoltà si possono digerire, & astringono il corpo; per le quali cause crederò, che siano cattive, come bene afferma Galeno al libro de attenuante. Victus ratione, al capitolo decimo, one dice. Castanex siue elixentur, siue assentur, siue denique frigrantur, semper sunt prauæ. cioè le castagne ò cotte a lessò, ò vero rostite, ò vero frutte, son sempre cattive. Perciò lodarei, che di raro si mangiassero, & in poca quantità, massime da persone delicate, lasciandole à gente di montagna, i quali ricogliendo poco grano, l'usano in luogo di grano, facendone farina, per far del pane.

DELLE CRISOMELE, O SII
Armognanghi. Cap. XXIV.



Risomele, ò vero armognanghe, ò perliche picinine sono fredde, e humide in secondo grado, generano grosso, e viscoso flemma, gonfiano il ventre, sono di veloce putrefattione, & preparano il corpo à feбри putride, l'infusion loro rimuoue la sete, & gioua alle feбри acute, sono più conuenienti allo stomaco, che li persichi: alcuni affermano, che nuoceno allo stomaco, & che estingono il calor naturale, ilche è vero ne gli stomachi freddi, si rimuoue il loro nocumento, mangiandoui auanti, ò dopò dellianisi, ò beuendoli dopò il mastico co'l vino vecchio, puro, e odorifero, ò vero mangiando delle passule, & quelli ch'hanno lo stomaco freddo, pigliaranno del mele: mangiati dopò il

*Crisomele, ò
sue qualità.*

Correttione

L 2

pò il

164 REGOLE DELLA SANITA.
pò il cibo, sopranatano lo stomaco, & si con-
uertiscono in putredine.

ANNOTATIONI.

Albricocchi. **L**E Crisomelle sono chiamate da noi *Armegnane*
ghe, & quelli che sono grossi, si chiaman
Albricocchi, dalla voce Spagnola *Albriquoquas*:
chiamano ancor precocia, per maturar troppo pre-
sto. Che questo frutto sia migliore, che il persico
l'afferma Galeno nel 2. libro delli alimenti, la ragione
è che non si corrompono così presto, se ben la ragio-
ne, & esperienza, dimostra il contrario, onde con-
Megliori, che cludo col Galina, che il testo di Galeno sia corrotto,
il persico. vero che in Asia s'ino miglior, ch' il persico. Diose
vuol ancora, che siano più utili allo stomaco de
il suo oglio. persico. L'oglio delle animele dell'armognangh
guarisce l'hemorroidi. Il Galina ne fa vn'oglio d
fiori, che tenuti longo tempo in vaso serrato sotto
letame, e poi spremuto, buono p curar le feбри inte-
mitenti, ontandosi li polsi, & il fil della schena
vn' hora auanti il parocismo.

DEL PISANELLI.

Electione. **C**He siano grosse, ben colorite, molto ma-
ture, con il nocciuole dolce, e che dall'os-
so facilmente si distacchino, e siano dolcissimi
al gusto.
Giuuamenti. Leuano la sete, risuegliano l'appetito, fanno
vrinare, il loro nocciuolo ammazza i vermi,
l'infusione fatta con le secche gioua alle febr
acute.

Gon-

REGOLE DELLA SANITA. 165

Gonfiano lo stomaco, subito si corrompono, e riempiono il sangue di molta acquosità, & humidità, e lo dispongono à corrottione. *Documenti.*

Mangiandoci appresso, anisi, ò cibi conditi con sale, ò con specie, ò cascio vecchio, & beuendoci appresso vn buon vino vecchio odorifero. *Rimedio.*

Sono fredde, & humide nel secondo grado.

Sono buone nel fine di Maggio, e nel primo di Giugno, per i giouani, e per quei che sono di colerica, e sanguigna complessione, ch'hanno lo stomaco gagliardo. *Gradi. Tempi, Et d. Complessioni.*

HISTORIE NATVRALI.

LE Armognanghe furono così dette; perche furono portate d'Armenia: sono chiamate da Greci Bericocia, & da' Latini Precocia, la qual voce vuol significare Primaticcio, che in vero sono de' primi frutti, che compariscono al fine della Primavera. A Roma si chiamano Grisemole, & albricocche, in Toscana Bacocche, e Mognaghe; & in Hisspagna Albriquoquis, & Alberges. Galeno al secondo libro della facoltà de' gli alimenti dice, che questi frutti erano migliori delli persichi, & che non si corrompeuano così presto, come fanno quelli. Il che in tutto, e per tutto è contrario all'esperienza, & alla ragione: onde bisogna dire che il testo sia corrotto, ò ch'egli hauesse guasto à fatto il gusto, poiche queste si vede, che rilassano lo stomaco, & i persichi lo racconciano. L'armognanghe subito si conuertono in colera, non danno nutrimento, sono di pessima sostanza, si putrefanno velocemente,

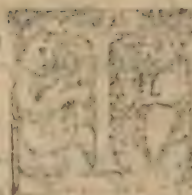
166 REGOLE DELLA SANITA.

mente, riempono il sangue di molta humidità, lo disspongono à corruzione, generano febre pestilentiali, e fanno stemma grossa, e viscosa nel fegato, e nella milza. Il loro oglio gioua assai all'hemorroide infiammate, & à tutte le infiammazioni.

Sono l'Armognaghe molto più corrotibili nello stomaco, che i Persichi, però si debbono mangiar auanti il cibo, acciò che facilmente discendino, & conduchino seco gli altri cibi, beuendoui sopra vn poco di vino. Si fa vn oglio de i lor fiori, che è tanto eccellente, che ongendosi con esso i polsi, le tempie, & il filo della schiena inanzi l'eccesso della febre, fa mirabile giouamento al paziente: & si fa in tal maniera. Cioè, si mettono i fiori dell'Armognaghe dentro vn vaso di terra, ben turato, di poi si lascia questo vaso per aleun tempo sotto tera, ò dentro di vn letame, & poi si premeranno i fiori, che renderāno vn oglio mirabile. Et dell'anime loro si fa parimente vn'oglio, che leua il dolore causato dalle morroide infiammate, & acquieta il dolor dell'orecchie, & gioua à gl'impedimenti della lingua.

DEL CAPPARO. Cap.XXV.

*Virù de' cap
pari.*



L Capparo è caldo, e secco nel secondo grado, & è di poco nutrimento, conferisce alla strettura di petto, apre l'oppilationi della milza, & del fegato, vale particolarmente alla milza, & la rende picciola, euacuando da essa le materie grosse, & melancoliche, prouoca Parina, amazza i vermi, incita il coito, hà virtù triacale contra il veneno: il suo uso con l'aceto

REGOLE DELLA SANITA. 167

l'aceto è molto lodato in tempo di peste; perche
l'aceto corregge il suo nocumento.

ANNOTATIONI.

L'Uso delli Cappari, è più per medicina, che per *Virid.*
cibo; ma perche li med ci gl' usano assai nelle
febr. lunghe, doue v'è opul. di milza, & per
chi ha perso l'appetito; perciò è bene spiegar le sue
facoltà, si conciano in due modi, cioè con l'aceto, e
con il sale, e questi usano li cuochi in molte viuande,
& q'li co l'aceto gl' usano n' l'insalata, anco per gl'a-
maui il continuo uso delli cappari nuoce allo sto- *Nocimenti.*
maco, & questo l'affermano Amato Lusitano, &
il Galina.

Recita ancora Plinio, che gli Cappari d'Ara-
bia sono pestilenti, e l' Affricani n' mici alle gen-
gine: gli Marmoricci alla natura delle donne, & à i
tormini causati da infusione. L' Apuli fanno vomito
è dissoluto il stomaco, e ventre: dice d' più chi cōti-
nua l'uso de' cappari nō cascherà in paralyfia, ne me-
no si sctirà grauato di milza, e smuuiscono il corpo.

DEL PISANELLI.

Quei che si conseruano nell'aceto, sono *Electione.*
più sani di quei che si salano, perche nō
sono tanto caldi.

Giouano à gli Asmatici, & alla durezza *Giuuamenti.*
della milza, prouocano i mestrui, amazzano i
vermi, sanano le Morici, e accrescono il coito.

Apportano sete, massime i salati, se non s'in. *Nocimenti.*
fondono prima nell'acqua fresca per vn pezzo,

L 4

tanto

tanto, che perdano assai del sale.

Rimedio.

Mangiati quei che sono conditi con l'aceto, auanti gl'altri cibi in modo d'insalata, con molto oglio, & vua passa.

Gradi.

Sono i salati caldi nel secondo grado, & secchi nel terzo; mà gl'acetosi sono caldi nel primo, & secchi nel secondo.

Tempi, Età, Complessioni.

Sono buoni per ogni tempo, età, e complessioni fredde, mà più per medicina, che p cibo.

HISTORIE NATVRALI.

I Cappari conseruati nel sale sono più per medicina, che per cibo; perche acquistano tanta mordacità, che infiammano il sangue, e le viscere, e con tutto che stiano nell'acqua; però poco perdono. Senza comparatione sono migliori quei che si conseruano nell'aceto, e particolarmente i Genovesi tengono il principato: dànno poco nutrimento, mà risolvono, aprono, e purgano. Dalla milza euaciano gli humori grossi, ammazzano i vermi, che si generano ne' intestini, fanno riuornare l'appetito perduto, perche radono, & cacciano fuor la flemma, mangiandosi auanti à gli altri cibi. Togliano via tutte le opilationi, & giouano alla sciatica, & à tutti i dolori delle giointure. Molti per fargli più grati al gusto, ci pongono seco l'aceto melato.

Si deuono vsar' i cappari più tosto per vso di medicamento, che di nutrimento, & in poca quantità, perche se gliano generare vn sugo crasso, & melanconico, che causa molte ostruccioni, Però auertischino i Medici del nostro tempo, i quali si volentieri li concedono per cibo, che non interuenga loro, com' à quel

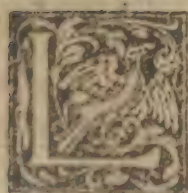
REGOLE DELLA SANITA. 169

quel Monaco d' Amato Portugheſe, il qual, per uſar molto ſpeſſo, & in quantità i cappari, caſcò in vn gran mal di ſtomaco, ſenza poter dormire, & gli durò ſin tanto, che laſciò l' uſo di quelli.

Il frutto, ò il ſeme beuuto alla quantità di due dramme con vino, & per quaranta giorni, ſminuiſce la milza.

ſcriuono i naturali, che le foglie del capparo ridotte in empiaſtro, con ſongia di porco, ammolſcono la durezza delle ſcrofole, & ſe colui, à chi dolo vn dente morderà ſpeſſo nella radice del capparo freſca, gli leuarà il dolore. Si come fà parimente cotta con aceto, & tenuta in bocca. Il ſugo delle foglie ò radici meſſe nell' orecchia, leua il tinnito, & ammazza i vermi. Se ne fà vn oglio, che gioua alla durezza, & opilation della milza, ſi come fà il frutto, uſato in inſalata con oglio, & zuccaro, & ſe ſi mangia co' l' coriandolo, ſarà più preparato.

DELLA ZUCCA. Cap. XXVI.



A Zucca è fredda, & humida nel ſecondo, il ſuo nutrimento è poco, genera flemma, velocemente deſcende, humetta lo ſtomaco, eſtingue la fete, ſouiene à quelli che ſono di calda compleſſione, & nuoce à quelli che ſono di fredda natura.

La zucca è di queſta natura, che genera humori tali, quali ſono le coſe, che vi ſono permiſte; percioche con le coſe calde genera humori caldi, con le fredde genera humori freddi, mangiata co' l' vino de' codogni, ò pomi grana-

*Qualità della
Zucca.*

*Zucca genera
humori ſecondo
la miſtura
delle coſe.*

170 REGOLE DELLA SANITA.

granati, ò con l'agresta è buona à quelli, che sono di calda complessione; estinguendo la sete, & contemperando il calore, mangiata cō specie, & con il mele conferisce alle fredde complessioni, la minestra d'esse vale alla tosse, & al dolor del petto, causato da causa calda, essendo quella fredda, raffredda lo stomaco, e gl'altri interiori, & alcuna volta genera dolori colici. Essendo spremuta dopò esser cotta, se gli scaccia la sua superflua humidità, si condisce con l'agresta, & con le specie, secondo la necessità della complessione, & preparata in questo modo, non è così facile à putrefarsi; per che la zucca per sé genera humori freddi, & che facilmente si putrefanno; La zucca smorza l'ardor dell'orina, & specialmente il suo seme.

ANNOTATIONI.

Documenti.

Di diuerse sorti di zucche si ritrouano; mà le più lodate sono quelle, che li Piemontesi chiamano domestiche che fanno il fior bianco, & ve ne sono delle lunghe, delle tonde, & d'altre che fanno due teste. si mangiino cotte con buon brodo, & con le grana del fenocchio, e agresta; l'agresta proibisce la sua putrefattione, & il fenocchio corregge la sua frigidità: se ne fa syropo contra le febri ardenti, *Castagne sono qual smorza la sete, & refrigera le viscere. Vansi specie de gian-* ancora cotte nella padella con aceto, ò agresto, aglio, di. ò pepe, quali sono correttivi della sua superflua humidità, co'l butiro sono poi pettorali, & il simile mangiandole cotte co'l latte, come fanno i Gregarij, in

REGOLE DELLA SANITA. 171

in Piemonte. Se ne fanno corde, o sia fascie, quali seccate al Sole si conseruano tutto l'anno, e massime per l'uso di quadragesima, cotie è acconcie con l'aglio vn poco di zaffarano, pepe, e garofani, & di queste fascie sono più lodate le Genouese. Il suo seme si condisce, & il frutto ancora non refrigera tanto, come il sugo, e gioua alla sete macerata nell'acqua. Le altre specie non sono così lodate; perche la gialda, & la verucosa, generano cattiuo sugo: la marina non è tanto cattiuo.

DEL PISANELLI.

CHe sia fresca, tenera, verde, e leggiera, *Elezione.*
e dolce.

Gioua à i colerici, fuorizzando la sete, se si *Giouamenti.*
cuoce co'l sugo dell'agresta, & rinfresca il fegato.

Nuoce à i freddi, e flemmatici, genera molta ventosità; & acquosità, & però indebolisce lo stomaco. *Nocumenti.*

Apparecchiandosi con la senape, co'l pepe, *Rimedio.*
e con l'aceto, ouero con herbe calde, come sono la cipolla, & il petrosello.

E fredda, & humida nel secondo grado.

E buona ne i tempi molto caldi per i giouani, & per quelli che sono di calda complessione. *Gradi.*
Tempi, Età,
Complezioni.

HISTORIE NATVRALI.

LA zucca è di cattiuo nutrimento, e si corrompe per perche si cambia in quell'humore, che
irona

troua nello stomaco, e perche discende tardi, e perche ella è insipida; riceue quel sapore, e genera l'humore simile à quella cosa, con la qual si condisce. Nuoce à gl'intestini, e specialmente al Colon, & però fa dolori colici: se si mangia in molta quantità, fa i premuri; se si mangia cruda, grana lo stomaco; di modo che non si può aiutare se non co'l vomito. Cotta aleſso si fa alquanto migliore. Vna specie di zucca si conserua tutto l'inuerno, mà gli è pasto da gente vile. I Poëti la chiamano graue, verde, tonda, ventrosa, pregnante, e seminosa. I Latini la chiamano Cucurbita, & i Spagnuoli Calabazza.

Riferiscono alcuni valenti scrittori, che l'uso della zucca non è così pernizioso, come quello de' cocomeri, purchè si corregga la loro acquosità con cose appropriate: & tengono i Medici, che non vi sia cosa migliore per mitigare l'ardore delle febri ardenti, la sete, & rilasciar il corpo, che d'usar spesso del sugo di zucche cotte senz'acqua, in pignata di terra noua, messa nel forno, massime se la zucca s'empirà di zuccaro. E cosa prouata, che se la scorza della zucca secca s'abbruscierà, & sarà poluerizzata sottilmente, guarirà l'ulcere putride della verga, se vi sarà messa sopra. Le foglie messe sopra le mammelle delle donne scacciano il latte, & il lor sugo scaccia le mosche dalle bestie, che non gli danno fastidio. Il vino, che si mette in vna zucca scannata, & tenuto dentro vna notte al sereno, & poscia beuuto, lenisce il corpo.

DEL COCOMERO. Cap. XXVII.

L cocomero è freddo, & humido *Virtù del co-*
in secondo, genera duri, & grossi *comero.*
humori, & è difficile à digerire, de-
scende tardi dallo stomaco, ch'è prò-
to à putrefarsi, e genera putridi humori atti
à generar feбри putride. Trouando il cibo nel-
la bocca dello stomaco l'incrudisse, che non
può partirsi dallo stomaco. Rimuoue la sete,
estingue l'acutezza del calor febrile: la sua ac-
quosità, la polpa, & il suo seme prouocano
l'orina, smorzano il suo ardore, fà ritornar
quei che cascano in syncopi per calidità. La
sua radice muoue il vomito, & le sue foglie cō-
feriscono al morso del can rabioso.

ANNOTATIONI.

I Cocomeri si mangiano per insalata con aceto, &
oglio, & alcuni gli mondano solamēte le scor-
ze, e gli mangiano co'l sale. A Bene terra di Pie-
monte del suo seme, e ne fanno i semi comuni,
freddi in tanta quantità, che suppliscono per tutti
quattro, e se ne fanno emulsioni per la ghonorrea,
e calidà de' membri, e per le feбри acute.

Gli antichi Greci soleano per prouerbio dire Te-
xens pallium mulier cucumerem deuoret.
Conciosiache (se pur dobbiamo creder ad Aristo.) sia
no la maggior parte delle testatrici meretrici, l'uso
d'essi, per la loro frigidità li smorza l'impeto di Ve-
nere, il che afferma Diffilo d'auuorità di Atheno,
stano

stano vn giorno integro nello stomaco mangiati soli. L'uso de' cocomeri era molto celebrato da Tiberio Cesare: si condiscono co'l sale, aceto, grana di fenocchio, carui, e maggiorana. Genera il cocomero vn cattiuo sugo nelle vene, che non si può conuertir in buon sangue; perciò se ben molti li digeriscono facilmente co'l tempo corrompendosi detto sugo genera poi feбри putride, e maligne vuol Dioscoride, che se il cocomero non si corrompi, che sia utile allo stomaco: ventre, & che refrigeri; mà se si corrompe, che genera vn bilioso, & acre humore, qual escita feбри ardenti: ilche afferma Gal. nel libro de enchymia, & cacochymia, Sunt autem inter fructus cucumeres, & pepones, & melopepones. Sed qui à bonitate succi tantum absunt, vt nisi celeriter transcant in ventre corrupti, succum ex ea corruptione faciant mortiferis venenis proximum: vogliono che si debbano mangiar inanti al pasto, acciò descendano prontamente dal ventre, & che non si corrompano in esso.

DEL CITRIVOLO. Cap. XXVIII.

Citruli, e sue
virtù.



I citruli, ò sia citriuoli sono molto simili à cocomeri; mà generano humori freddi è più grossi, & maggiormente, nuoceno allo stomaco, & sono di più longa digestione. Il citriuolo crudo discorre per le vene, dispone i corpi à lunghe feбри; conciossiache fa troppo longa dimora dentro allo stomaco: & nuoce alle parti neruose, & il suo continuo vso genera cor-
rotti,

REGOLE DELLA SANITA. 175

rotti, & venenosi humori. La medolla genera più perfetto humore. Le virtù del citruolo è d'estinguer la sete, & prouocar l'orina, & di smorzar l'acutezza della febre, & è simile alla zucca.

ANNOTATIONI.

L' Anguria, che si domanda d'alcuni Citrulo (specialmente da speciali) non è il volgar citruolo, del qual scrive il Benzo; *L'anguria non esser il citrulo* ma vogliono molti, che siano i meloni d'acqua, quali si conseruano tutto l'inuerno, & in l'oscana si condiscono come gli cedri, & sono molto refrigeranti, poiche la volgar anguria, quando è matura non gialegia come il cedro; ma sempre verdeggia la sommità della scorza, & dentro è sempre piena d'acqua co'l seme rosso, & questa sua acqua gioua alle febri ardenti, & mitiga la sete, & gran calore nell'ardente syrio, & l'usano assai i Turchi mangiandola, ne' gran caldi così cruda: ma questi melloni, ò siano peponi d'acqua diuentano galdi, come ancora fanno i cocome-ri; quali si sono pensati molti, che fossero i citrino-li, come ancora così sono chiamati in molte parti d'Italia, ma per esser trà loro differenza, ne sà quì diuersi capi il Benzo.

DEL PISANELLI.

CHe siano lunghi, grossi, e ben maturi, *Elettione.* con color giallo, simile à quello de' cedri quando sono ben maturi.

Rinfrescano mirabilmente quei che hanno *Giuamenti.* ardore

176 REGOLE DELLA SANITA,
ardore nello stomaco, leuano la sete, & smorzano la colera, & fanno orinare.

Nocimenti. Sono durissimi à digerire, generano flemma, & humori viscosi, e taluolta velenosi, eccetto che ne i stomachi, che sono caldissimi.

Rimedio. Mangiando in sua compagnia la cipolla, il Dragone, la menta, la rucchetta, il pepe, & altri cibi, che siano molto caldi.

Gradi. Sono freddi nel fine del secondo grado, & humidi nel principio del terzo.

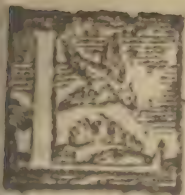
Tempi, Età, Complessioni. Sono pessimi in tutti i tempi, à tutte le complessioni.

HISTORIE NATVRALI.

I Ciriuoli sono più freddi de i cocomeri, e di qual si voglia altro cibo, che si mangi, generano humori viscosi nel corpo, e nelle vene, dalli quali poi in processo di tempo si causano feбри lunghe, & di mala qualità. Nuoceno à gli stomachi freddi, sì che non li digeriscono mai. Da questo frutto non si cauaua ne altro beneficio, se non che quando sono ben mondati dalla scorza, se ne fanno fette lunghe, larghe, e sottili, le quali poste per vn gran pezzo nell'acqua fresca, e messe su la lingua di quei che hanno le sibi ardenti, leuano loro la sete, non lasciano rasciugare, ne diuentar negra la lingua, ne il palato: anzi smorzano la sete, rinfrescano l'ardore della febre, e mantengono la bocca humida, e fresca. Et se si fanno bollire co'l zuccaro; leuano la sete più potentemente. Sono cibo per le genti rustiche, e per chi hà lo stomaco caldissimo: guardinsene da questi le persone delicate.

Le

DELLE CERASE. Cap. XXIX.



E cerase sono fredde in principio, *Cerase di tre*
& humide nel secondo, & sono di *sorti.*

trè specie, cioè dolci, acetose pic-
ciole, & acetose grandi: Dolci &

acetose grandi. Generan le cerase mali hu-
mori, grauan lo stomaco, & gl'intestini, so-
no attissime alla putrefattione, & generatio-
ne de' vermi, preparano i corpi, à feбри putride.

Prima specie.

Le cerase grandi acetose sono di peggior qua-
lità, & inducono maggior grauezza nello sto-
maco. Le acetose piccoline generano me-
giori humori, non han tanto del humido pu-
rescibile, & sono partecipi di qualche sti-
cità, reprimono la colera, smorzano la sete,
inducono appetito: le meglior, sono quelle che
sono secche, & riseruan in vso; Del suo sugo
seccato al Sole, e conseruato in vn vaso vi-
treato, se ne fa buon sapore, & si distempera
con l'aceto, con sugo di pomi aranci, ò agresto,
& questo incita l'appetito; frà tutti gl'altri lu-
singheuoli sapori.

2

3

*Sughi inspissi-
ti di cerase.*

ANNOTATIONI.

Sono le cerase di varie sorti, come ancora recita *Cerase di mol-*
Plinio nel lib. 15. cap. 25. & dice, che quelle, *te specie.*

che sono molto rosse sono le *Aproniane*: dice anco-
ra, che il primo, che portò le cerase nell'Italia
fù Lucullo, dopò la vittoria di Mitridate Rè di
Ponto: Le negre le domanda *Attie*, & sono quel-

M

le, che

le, che tingono le labra, è detta di sugo sanguigno dette da Piemontesi grassioni negri, e da Toscani corbine, & ne sono di domestiche, e seluatiche; Come ancora sono le rotonde dette Ceciliane: Le Giuliane sono delicate, come vuol Plinio; mà sono biasmate da Toscani chiamandole *Acquaiuo*le tanto fragili, e tenere, che se non si mangiano sù l'albero, si marcidiscono, & si guastano portandole. Lodano poi le Duracine dette da Toscani Marobiane, quali sono di diuerse sorti, cioè grandi, e picciole, & alcune sono molto rossegianti, & altre biancheggianti. Queste sono le dolci, che si mangiano, quali facilmente si corrompono nello stomaco, & lo grauanano, mà lubrificano il ventre. Le più lodate ogidi à noi sono le visciole, le quali sono grate allo stomaco, mitigano la colera, tagliano la viscosità della flemma, incitano l'appetito, & sono salutifere alle febri maligne, & pestilenti. Si fanno cuocer co'l zuccaro, come le agriote, che si danno nelle febri acute, & sono quelle lodate dal Benzo. Le amarasche chiamate da Piemontesi amarenne, ò verule di sapor acidissimo, sono salutifere alle febri causate da colera, cotte, ò condite co'l zuccaro, & se ne fa ancora il *Diamarenatum*, & vino di amarene molto celebre, per quei i quali per troppa delicatezza non ponno beuer l'acqua cotta: l'acqua distillata delle cerasse negre gioua al calor delle reni, & vrina, & fa vrinare: Le agriote non sono tanto acide, & si danno à gl'infermi di febre acuta, cotte co'l zuccaro smorzano la sete, & l'impeto della colera. L'oglio de' semi, & la gomma beunte con vino bianco, scacciano la renella, & la pietra. In Francia ancora si ritrouano le cerasse chiama-

Visciole,

Agriote,

Amarene,

Acqua di cerasse negre.

REGOLE DELLA SANITA. 179

biamate Lauree, quali sono inestlate su'l lauro, & se
ene siano vn poco amarete non sono però ingrate;
ritrouano ancora le Amarene dolci, di sapor mi-
lo trà l'agro è dolce: Le racemose sono belle al ve-
ere, & le seluatiche sono di varie sorti, cibo da
ccellesti seluaticchi, & per figliuoli de gregari.

DEL PISANELLI.

He siano di dura sostanza, mà ben matu- *Elessione.*
re, come sono le Appie, e le Siciliane di
linio, dette da noi Corbine, che pare, che
ingano di sangue.

Muouono il corpo, e presto se ne scendono *Giuuamenti.*
allo stomaco al basso, cauano la sete, rinfre-
cano, e prouocano l'appetito.

Subito si putrefanno, e gonfiano lo stoma- *Necumensi.*
o, per il vento che generano, quando se ne
angiano assai, e massime se sono Acquaiole.

Mangiandole appresso senza interuallo di *Rimedio.*
mpo, cibi di ottima sostanza, e che siano al-
mini salati, & alcuni acetosi.

Sono fredde nel primo grado, & humide nel *Gradi.*
condo.

Sono buone ne i tempi caldi per i giouani, *Tempi, Età,*
per quei che sono colerici, e sono triste per *Complexions.*
vecchi, e per i flemmatici.

HISTORIE NATVRALI.

Ecce se poco, ò nessun giouamento apportano
al corpo, perche sono quasi di nessuno, ò alme-
di cattiuo nutrimento. Quando sono fresche,

M 2

ma-

e mature, muouono il corpo, mà quando sono se-
che, l'astringono: si deuono eleggere quelle che
no dure, perche più difficilmente si putrefanno:
deuono fuggire quelle che sono insipide, e molto a-
quose, dette volgarmente *Acquaiole*, e da *Plin*
Juliane. Non si mangiano per cibo, mà per rim-
dio di smorzare la sete, e l'ardore da chi si fatic-
ne' tempi caldi. Le cerasse furono dette *Cerasia*,
Cerasunte Città di *Ponto*, donde furono portate.
Non furono mai in *Roma*, auanti che *Lucullo* vin-
cesse *Mitridate*. Egli 680. anni dopò la fundatione
di *Roma*, le portò di *Ponto*. In *Egitto* non hanno po-
tuto mai conseruarsi, ne far frutto, con tutto che
habbiano vsato grandissima diligenza. Le viscio-
gionano, & sono grate allo stomaco, perche smo-
zano l'ardore della colera, e fanno venire appetito
massime cotte con buona quantità di zuccaro sopra.
Le *Mara* che sono più acetose di tutte l'altre, pe-
cotte, e condite ne' vasi di vetro co'l zuccaro riesco-
no migliori che crude.

L'acqua stillata delle Cerasse nere, & acetose
chiamate visciole, è salutifera à tutte le febri, an-
pestitentiali. Et se à quello, che sarà cascato di m-
caduco, saranno messe in bocca quattro dramme,
più, dell'acqua stillata delle dolci, nere, & fresche
subito respirerà, ne l'occuparà, il spasmo sin' al ten-
po ordinario dell'altro paroscismo, & lauandosi
bocca con dett' acqua, restituirà il parlare. L'og-
getto dell'anime loro, vale alle pietre, & arena a-
reni. La gomma d'esse beuuta con vin bianco, ron-
pe i calcoli, così, delle reni, come della vessica.
dissoluta in aceto, sana i derbi, ò siano lichene, c-
vengono à i fanciulli.

DE

DE' CECI. Cap. XXX.



Re sorti di ciceri si ritrouano, cioè *Ciceri*:
bianchi, rossi, & negri. Il bian-
co è caldo nel primo, e secco nel
principio del primo: benché mol-

Bianchi:

sono, che dicono che sia humido. E'l ros-
so è più caldo, e più secco del bianco, & il ne-
gro del rosso. Tutte queste specie sono di me-

*Rossi, & ne-
gri.*

lior nutrimento che le faue, sono nondime-
no inflatiui. Il cicero negro è di miglior vir-
tù del rosso, & il rosso, del bianco. Chiarifi-
cano la voce, giouano al petto, & la maggior
parte sono di buon nutrimento. Della loro

Virtù:

farina se ne fanno beuande, nella disposition
del petto, & si deuono cuocer nell'acqua, nel-
quale essi sono stati infusi, & deuonsi mäggar
o'l brodo della sua prima decottione; perche
el brodo è la miglior virtù del cicero. Li ci-
ceri rimouono l'oppillationi del fegato, & del-
la milza, producono buono, & viuido colo-
re nella carne, rompono la pietra nelle reni, &
nella vesica, prouocano l'orina: Noceno alle
piaghe, che sono nella via dell'orina, genera-
no sperma, incitano il coito, & scacciano da
i corpi i vermi cucurbitini, detti zucaroli.

*Farina de' ci-
ceri.*

El cicero verde genera superfluità d'humori
nello stomaco, nell'intestini, & fanno tristo

Ciceri verdi.

odor nella bocca. Li ciceri negri sono meglio-
in leuar le oppillationi, & per romper la pie-
tra, & per scacciar i vermi: i bianchi, nell'acre-
re la materia del coito, & sono ancora me-

Ciceri negri.

M 3 *giori*

gliori in prouocar l'orina. La cottura de' ciceri lauandose ne, cura la rogna, & deterge cute.

Cicerchia.

Le cicerchie hanno l'istesse proprietà de' ciceri bianchi.

ANNOTATIONI.

Brodo de ciceri.

Malta.

*Cicci mace-
rati nella les-
sina.*

*Correttione
de' ciceri.*

FAcéuano gran conto i Medici antichi del brodo de ciceri, per leuar l'ostuersioni del fegato & della milza, e per la matrice, per lubricar il corpo, e per muouer l'orina, come ancora hoggidì fanno in Malta. Li ciceri scorticati non sono così medicinali; mà sono di maggior nutrimento. La farina con latte facendone minestra ingrassa i corpi magri. Quelli che sono stati macerati nella lissina inanti la lor cottura non si deono usar per vso medicina; perche lasciano la virtù loro in essa. La salvia, serpillo, & rosmarino, come ancor l'origano correggono la loro flatuosità, & trà i legumi, tiene il cicero, più sano di tutti gl'altri.

Se ne fa decotto celebre per l'ardor d'orina: piglia vna libra di ciceri rossi, quali s'insonderanno per tre giorni in lib. x. d'acqua corrente, & poi si faranno cuocer sino alla consumption della terza parte, aggiungasi poi vna onc. di liquiritia fresca modata, di malua con sue radici, di rad. d'Althea, gramigna, agrimonia, cuscuta di ogn'vno vn manipolo: di frutti di sebesten freschi, di zizole di ciascun num. 10. di semi di meloni scorticati onc. 1. di frutti di alkekengio onc. 1. di frutti di solat. volgare, e semi di m. l. m. solis di ciascun dram. iiij. di rassa. Posa de datili dram. iij. cuocansi alla consumption

REGOLE DELLA SANITA. 183

sumation dell'altro terzo, e la sua dose è onc. iiii. sino à sei, aggiuntoui tal volta il syrop. de limoni, ò vero quel d' Alibea del Fernelio, ò vero si fa emulsione con esso decocto, e con i semi refrigeranti, ò si piglia ancora in loco di questi il butiro fresco in essa sciolio.

DEL PISANELLI.

CHe siano grossi, ben custoditi, e che non *Elezione.*
siano forati, ne mangiati da gl'animali.

Moltiplicano lo sperma, prouocano l'orina, *Gionamenti.*
& i mestruai, e rompono la pietra, e giouano à i polmoni, e fanno buon colore.

Se si mangiano freschi: generano molta superfluità nello stomaco, e nelle budella. Nuocono semper alle reni, & alla veflica. *Nocumens.*

Mangiandosi cotti con i semi del papauero: *Rimedio.*
per farli più aperitiui, si cuocono col' pulegio, e con la cannella.

Sono caldi, & humidi temperatamente nel *Gradi.*
primo grado.

Sono buoni d'ogni tempo, per ogni età, e *Tempi, Età.*
compleffione, quando sono ben cotti, & bene *Compleffioni.*
apparecchiati.

HISTORIÈ NATVRALI.

ICeci operano nella carne quello, che fa il fermento nella pasta, tutti rompono la pietra, ma molto più i negri, i quali fanno ancora facile il parco. I bianchi sono astringenti, e mondano il fegato, e la milza: fanno buon colore nella carne, perche ac-

M A crescendo

Crescendo il calore, generano molti spiriti, & per accrescono il coito, & il latte. Danno i ceci buon nutrimento, il qual sempre è accompagnato da poco di vento, chiariscono la voce, & purgano il petto, & i polmoni: i bianchi sono più humidi de i rossi, & chi l'usa, fa bella la pelle, & la carne. Si danno per cibo ordinario alli stalloni. Gli Antichi preneuano questo frutto per segno della incorruttibilità, percioche egli non è mai toccato da nessun animale.

L'uso de' ceci, massime de' rossi, è buono per eccitar coloro, che sono stanchi per le cose veneree & principalmente per minuir la renella, & il calcolo, & anco per i polmonatici, & altri, ch'hanno la voce bassa, & debole. Il modo d'usarli, si è forbir il brodo, che mangiar' il grano. A cacciare porri dalle mani, si toccano à Luna nuoua con tanti ceci, quanti sono i porri, poi legati in vna pezza si gettano dietro le spalle.

DE' CAVOLI. Cap. XXXI.

Canoli, & sue
virtù.



Electione.

Verzi sono di molte specie; ma il più domestico, qual usano ne' cibi, è il caldo, & secco nel primo grado, genera sangue grosso, & melancolico, & tal volta fa veder sogni cattiu: il loro nutrimento è poco, & nuoceno alquanto allo stomaco; mà cotti co' l brodo di carne grassa, o di gallina sono di miglior nutrimento. I cauoli dell'inuerno sono migliori, che quelli dell'estate, purgano gl'humori flemmatici dal petto, leniscono l'aspera arteria, chiarificano la voce.

ce.

te. Il suo seme con l'acqua de' lupini amazza i *Semi,*
vermi, mangiati co'l primo brodo, lubrica-
no il corpo, prouocano l'orina, & gettando
via il primo brodo, la loro sostanza, e corpo,
co'l secondo brodo constringono il corpo, &
specialmente aggiungendoli del formaggio vec-
chio come habbiamo detto di sopra della bie-
ta. La loro decottione, e semenza ritarda l'vb-
bricchezza, & la rimuoue: allegando Aristoti- *Aristotile.*
le questa ragione ne' suoi problemi, cioè che
per la loro virtù diuretica c'hanno, prouocan-
do l'orina fanno diuertir il vino alla via dell'o-
rine, & fanno lubrificare; la onde mancando
tante copia d'euaporatione caliginosa al cer-
uello, che la causano, liberan l'huomo de simil
inconueniente. Il suo sugo co'l vino conferi-
sce al morso del can rabbioso. L'herba la qual
propriamente domandiamo cauolo, è propria-
mente la brassica, & il cauolo, è vn nome ge- *Cauole, che cosa*
nerico, che si attribuisce à ciascun germin *significhi.*
astille, di ciascuna herba; per lo quale cresce
in alto; e perche la brassica la loro maggior
parte di tutta la pianta, è cauole per il qual
cresce, & germina; perciò hà tolto la denomi-
natione di cauoli, come appare in Plinio, & *Plinio.*
altri dotti ne' semplici; perciò i Latini gli no-
minarono nel numero singolare brassica, come
si nominano ancora tutte le altre piatte nel sol
numero singolare, mà à questi gli danno anco-
ra il plurale caules, & in volgare cauoli.

ANNOTATIONI.

V Sitatissimi sono nelle tauole de' Prencipi, Si- *Canoli usi*
gnori, & altri li canoli, i quali si mangia- *no in*

no in tempo di vigilia, e di carne, & erano nel tempo de' Romani in frequentissimo uso, non solo per alimento, ma ancora per medicina, massime i ver-

Caoli di varie sorti.

Caoli fiori.

di. Sono i caoli di diuerse sorti, pochi d'essi s'usano in Piemonte: i più celebrati sono i caoli fiori, quali si portano dalla riuera di Genoua, & da Nizza di Prouenza, il cui seme si fa venir da Constantinopoli: si mangiano li suoi fiori cotti, con aceto, pepe, & sale, è vero nell'insalate con altre herbe, è vero si fanno cuocer co'l brodo di carne

Preparatione.

Qualità.

grassa, aggiuntoui vn poco di pepe: alcuni sono stati di parer, che habbiano hauuto origine dal seme di caoli rapa seminati nell'Asia, iquali in vece di rapa hanno fatto fiori. Questi sono delicati al gusto, non sono di difficil digestion: ma alquanto flatuosi: le loro foglie, sono inutili. Appresso a questi

Caoli rapa.

tengono il secondo loco i caoli rapa, che fanno nella sommità vn tuberculo, è sia prominentia simile alla rapa, d'onde hā pigliato il nome, e come dice il Scaligero tengono natura di rape, e di caoli, mangiandoli cotti nel brodo, & i suoi ramuscelli teneri cotti, e acconci co'l butiro, è vero con l'aceto, e sale, come si fanno i broccoli. V'è poi vn'altra specie de caoli chiamati capucci lodatissimi quanto al

Caoli capucci.

gusto, cotti al buon brodo di carne, & se ben siano delicati, & il suo grato sapore ne alletti à mangiarne, co'l progresso di tempo, & co'l lungo uso, fanno molti danni alla sanità: generando crudità, & copia di flati, riempiendo lo stomaco d'escrementi. Generano sangue crasso, & melancolico, & ne seguitano sogni turbolenti, & fastidiosi: Perciò deue schiuar l'huomo l'uso d'essi, è vero mangiarli co'l suo correttivo, ch'è il pepe: li più celebri capucci sono quelli

Qualità, e notamenti.

di

REGOLE DELLA SANITA. 187

di Pancaglieri, celebrati dal Renealmo, è de gli hor- *Cauoli biachi*
 ti di Torino. Sono quasi di simil natura tutti i cau-
 li del color bianco; mà quelli chiamati di Panca-
 glieri non sono tanto nociui.

Li manco nociui sono quei di color verde; de qua *Cauoli verdi*
 li v'è ne sono diuerse specie; mà i nostri volgari, ò
 vero i crespi di Genoua cotti sono celebrati; perche *Cauoli crespi*
 il brodo della prima cottura (come ancor di quelli di *Cauoli di Bolo*
 Bologna, e di Milano) hà facoltà di tener il corpo *gna*
 lubrico, & è ancor diuretico; per le nitrose parti, che *Virtù*
 hanno nella superficie, leua ancor il suo decotto le
 oppillationi del figato, e della milza, & del mesen-
 terio. Il frequente vso de' cauoli di quali si voglia *Nocimenti*
 forte nuouono alla vista, & la rendono oscura, come
 ben recita Columella. Nunc veniat quamuis ocu- *Columella*
 lis inimica coramble. Perciò sono domandati da
 i Greci Κορυμβη, qual parola (come riferisse Sui- *Etimologia*
 da) significa la pupilla de gl'occhi, la quale i Greci
 chiamano Κορυς, ò vero come altri hanno detto
 Κορυμβη, quasi Κορυμβη, ò vero, come dicono al-
 tri τὸ Κορυμβη, ò meglio ἀγρὸς, che vuol dire
 auersario alla satietà, & crapula: Lubrificano mag- *Ebrietà*
 giormente il corpo i crespi, chiamati cauoli da oglio, *Virtù de' cauoli crespi*
 specialmente cotti con l'oglio d'oliua. La seconda lo-
 ro decoctione non è purgante; mà rende i cauoli
 astringenti. Quelli che si acconciano fritti nella pa- *Cauoli fritti*
 della, & che si mangiano con l'aceto sono astring-
 genti, e sono difficili a digerire, generan gran copia di
 flati, nuoceno al petto, stomaco, matrice, & parti ner-
 uose, come ancora mangiati crudi con l'aceto nell'in-
 salata.

I cauoli cotti, & acconci co'l butiro, aglio, pepe, *Cauoli co'l butiro*
 e cinamomo sono conferenti al petto, & polmone, tiro.

le fo-

188 REGOLE DELLA SANITA.

le foglie scaldate sotto le braggie, & onte co'l butiro, indi applicate su'l petto giouano alla tosse, mitigano il suo dolore, & vagliono alla pluresia: Il

Lambiriuo p. *Lambiriuo* fatto del sugo di cauoli cotti co'l mele, ag-
la tosse. giungendoui vn poco di Zaffarano, è utilissimo ri-
medio alla tosse antica, & gioua grandemente à

Polpa del sur gl'asmatici: La polpa del suo surcolo cotto sotto le
colo de cauoli. braggie, e caule mäggiata co'l butiro, gioua à gli pder-
Virtù di sua ti affetti: La cenere sparsa sopra il petto gioua gran-
cenere. demente al suo dolore: Il seme beuuto al peso d'vna

Virtù del se- dramma, amazzai i vermi à piccoli fanciulli: Si de-
me. nono ancora schissar i cauoli sotterrati, che hanno

Cauoli sotter- patito il gelo, & la brina, perche sono di pessimo
rati. nutrimento, e causano gl'inconuenienti sopra nar-

rati, e se ben si lodano i cauoli più l'inverno, che la
state, qsto si deue intender ne' luoghi maritimi, quali

Brocoli. non sono stati sotto terra. I brocoli, che si vsano nel-
la quadragesima, & gli asparagi de' cauoli chiama-

Asparagodes. ti asparagodes, le foglie tenerelle de' cauoli, che si mäg-
giano al principio di Primavera, ò di cauoli non tra-

Altre sorti di spiantati, sono estrematosi, & di poco nutrimen-
cauoli. to, come ancor i cauoli piccioli, chiamati intercisi.

Cauoli rossi. Li cauoli rossi, si portano d'Inghilterra, si vsano
più tosto per medicina, che per cibo, & massime

nel tempo di guerra applicandoli sopra le ferite, &
Oglio per le archibuggiate, con l'oglio Sclopezicon del Querceta-
ferue. no, ò vero con quello de catelis d'Ambrosio Pareo,
ò vero con quel descritto nel nostro trattato de re-
medijs externis.

DEL PISANELLI.

Elettione.

CHe siano teneri, lunghi, & colti nella ci-
ma della pianta, ch'habbiano le frondi
aperte

REGOLE DELLA SANITA. 189

aperte, & non chiuse con la rugiada sopra.

Se si mangiano mal cotti; mouono, e lubri- *Giuuenti.*
cano il corpo, mà molto cotti lo stringono.

Nuocono à i melanconici, & massime al tē. *Nocuenti.*
po della state, che sono molto più duri de gli
altri tempi.

Se si cuocono à lessò, la prima acqua si but- *Rimedio.*
ti, & poi si cuocano nel brodo di carne grassa
con finocchio, & pepe.

Sono freddi, & secchi nel primo grado. *Gradi.*

Solamente si lodano la primauera, le sue ci- *Tempi, Et d,*
me dette broccoli; il resto è cattiuo per ogni *Complexioni.*
vno, e di ogni tempo.

HISTORIE NATVRALI.

I Broccoli hanno più dell'humido, che non hà tut-
to il resto del Cauolo, & però presto si digeri-
scono: & se sono mal cotti lubrificano il corpo, & fan-
no orinare, & come anco le frondi del cauolo; il qua-
le quando è più largo, & aperto tanto più è sano, &
saporito: perche è digerito dal caldo del Sole: tutta la
pianta genera humor melanconico, & però fà veder
sogni spauentevoli: Molliſce la gola, & il petto, &
leua la rbbriacchezza. I canoli capucci sono pessimo
cibo, massime la state: & non gli deuono mangiare
se non quei, che molto faticano, cotti con grassissima
carne. Il medesimo auiene de i canoli Torzuti, mà
questi sono alquanto migliori de i capucci, & quan-
do pure occorre, che si mangiano, sempre si deue
bere appresso il loro brodo, che corregge in parte la
loro malitia.

Sono i canoli di varie, & diuerse specie, alcuni
sono

sono lisci, alcuni crespi, alcuni torzuti, & altri capucci, hanno però quasi tutti la medema facoltà, qual'è, che cotti leggiermente, mangiati muouono il corpo, & biscotti, lo restringono. Onde mi par, che male scriua il Pisanelli, che mangiati, si debba bere il brodo appresso; perche essendo leuitiui, conuerrebbe prima bere il brodo, & poi mangiar' i cauoli. Sono stati i cauoli in tanta reputatione appresso i Romani, ch'hauendo cacciato i Medici di Roma, e si preseruorono, & curorono sei cent'anni da' mali, solamente con l'uso de' cauoli, & perciò Crisippo ne fece vn lih'o tutto intiero. Dassi il sugo con utilità grande à bere à color, ch'hanno mangiato fonghi uelenosi, & il suo seme pestato grossamente, & infuso nel brodo di carne, gioua al dolor colico, & sana i Thisici. Cotto il medemo cauolo, & mangiato con pepe longo, beuendone il brodo genera capiosissimo latte alle donne, ch'alattano. Cotta la medolla de' gamboni, ò siano trossi, & mangiata con zuccaro, gioua alli stretti di petto, alla tosse, & à coloro, ch'hanno la voce rauca. Dicono, che i fanciulli mangiando de' cauoli, crescono più presto. Hà la decottione del cauolo facoltà di ritardar, & leuar l'vbbriacchezza; percioche prouocando l'urina, fa presto descender il vino. In modo che mancando le vaporationi del vino al ceruello necessariamente cessa l'vbbriacchezza, perciò i cauoli, come vogliono gli Agricoltori, restano inimicissimi delle viti, con tutto ciò vi si trouono poche vigne, che non habbino cauoli a' piedi delle viti bellissimi senza danno d'esse, anzi più robuste, e copiose d'vne, forse per sdegno,

DEL

DEL FORMAGGIO. Cap. XXXII.

IL cascio, ò formaggio, si fà di latte, ò vero del sero, & questo si chiama ricotta. *Formaggio è sue differenze*
E il formaggio differente, secondo la sua età: cioè fresco, ò vecchio, ò vero secondo ch'è salato, ò non salato.

Il fresco è freddo, e humido nel terzo, se ben alcuni dicano nel primo: il salato è caldo, e secco nel terzo: Il salato, & non secco è mediocre, cioè trà il fresco, & vecchio. *Qualità del fresco.*

Il più lodato formaggio bisogna, ch'habbi queste qualità, cioè che sia partecipe di soauità d'odore, e dolcezza, che non sia troppo salato, che sia mezzano trà il duro, & molle, trà *Giuuamenti.*

il viscoso, e frangibile; perche il formaggio che ha questi estremi è cattiuo. La bontà del formaggio, si varia secondo la varietà de gl'animali, dalli quali si caua il latte, come si dirà nel cap. del latte; Si varia ancora secondo la regione, secondo la diuersità dell'herbe, qual usano le bestie, che lattano. Il formaggio fresco *Ricotta.*

è buono, & di gran nutrimento, è impinguatiuo, & è buon cibo à quei, che sputano il sangue dal petto: Fà giouamento allo stomaco, se ben alcuni dicano, che non conferisca *Nocimenti.*

alle complessioni fredde. Il formaggio vecchio, è difficile alla digestione, è grauatiuo, & nociuo allo stomaco, & quelli che l'usano spesso incorrono ne' dolori del ventre, è di poco nutrimento, & facilmente si conuerte in humori colerici. Il continuo suo uso fà smagrir *Formaggio vecchio.*

il corpo. La ricotta è peggior del formaggio fresco. Il formaggio mezzo salato, è di miglior nutrimento, che il formaggio vecchio. Genera il formaggio pietra nelle reni, & vesica, & specialmente, quando è humido; mà più quando si mangia con cose diuretiche; perche lo fanno penetrare à quelle vie: così ancora si petrifican le giunture de' gottosi. Si deue ancora guardarsi dal mangiar del formaggio, chi fosse disposto alla generatione delle pietre, & arenelle; perche si come auiene all'argilla, ò cretta, ò terra viscosa; che per la decoctione si conuertono in mattoni, e pietre: così si generano le arenelle nelle vie dell'orina, per li humori viscosi, e grossi per il calor adurente unito insieme si genera la pietra, & alla generatione di tali humori, è attissimo il formaggio, principalmente mangiato con macaroni, lasagne, & altri cibi di pasta. Il formaggio vecchio, rostito, pesto, e lauato alcuna volta con l'acqua rosata restringe mirabilmente il flusso. Se ben che il formaggio sij di tal nocimento, nondimeno pigliandone in poca quantità dopò il mangiare corroborà, & conforta la bocca dello stomaco, & fa ad esso buon sigillo. Reprime l'assenso de' fumi al capo, rimuoue la satietà proueniente dai cibi dolci, & vntuosi, come ancora lo fastidio d'essi.

ANNO T A T I O N I.

*Formaggio di
due sorti.*

Due sorti di formaggio descriue il Benzo. l'uno chiamato da Latini *caseum*, come ancor da Italiani

REGOLE DELLA SANITA. 193

Italiani cacio, & cacio: l'vno è fatto della parte ¹
più crassa del latte, l'altro si fa della parte manco ²
crassa, che resta nel siero, & questo si chiama ricotta. ^{Nomi varij della ricotta.}
ta, o seracio, o gioncata da' gionchi, come lo chia- ^{Cinque differenze di formaggio.}
mano in Piemonte seracio dal siero. Cinque sono le ^{maggj.}
differenze del formaggio. ¶ La prima si piglia dalla ^{La prima si piglia dalla differenza dell'animali.}
latura d'animali, come quel di peccora per hauer il ¹
latte più crasso, e pingue è più buono p far copioso cas-
cio, butiro, & seraccio, & fa manco siero. Il latte
vaccino è meno pingue; ma più di q'lo di capra; per-
ciò questo è sempre più friabile, & il vaccino si ren-
de più pingue, specialmente quando non se li leua
la parte butirosa. Il caprino è poi più crasso, che
quel d'asina, come ancor il cabalino, qual usano i
Tartari. ¶ La seconda differenza, si piglia della di-
uersità de' pascoli; perche la Primavera il latte, ^{La seconda si piglia dalla diuersità de' pascoli.}
& il coagulato, è più saporito; perche mangiano
herbe tenerelle più, che nell'altre stagioni, che man-
giano il fieno, e paglia; perciò secondo la varie-
tà dell'herbe, acquistano differenza di bontà, sapo-
re, & odore; perciò gl'animali, che si nutriscono
discordio, alliarua ritengono i formaggi l'odor, &
sapor di queste herbe, & quando mangiano herbe
purganti ancora acquistano virtù purgante, come
afferma Galeno nel lib 3. alim. facult. Quinetiam ^{Galeno.}
inquit, si capræ, aut alterius animalis scammo-
nium, aut tithymalum depasti, lac cibi lo-
co quis sumat, omninò aliis illi profluxura
est. Sed quorsum exemplis à brutis petitis, si-
dem huius rei facimus, cum satis id testentur
iberi nostri, vario lacte ex diuersis nutricibus
nutriti: Siquidem benè, aut malè afficiuntur,
prout lac, quod exugunt, benè, aut malè af-

Nfectum

fectum est. E siccome il latte buono, è di buon nutrimento, così ancora sarà il cacio, quando sa-

3 *La terza dal* rano la bontà, & sapor del cacio, mà ancora modo di com-
porti. *modo di farli;* perciò i formaggi acquistano lo-

4 *La quarta dal* dustria, che usano in farli. ¶ *La quarta diuersità,* prende della regione, & luogo doue si coagulano

le regioni. formaggi; perciò noi veggiamo maggior bontà, vero minore; perciò in Francia lodano, quei d' *Francesi.*
Italiani. uernia, nell' Italia i Marcelini di Toscana, & il ca-

Antonino Im- scio cavallo: nel tempo di Galeno, si celebraua. l' *Al-*
peratore mor- fino, come in valusico, e Antonino Pio Im-
so per il for peratore hauendo mangiato à cena gran quantità a
maggio. cacio Alphino, dopò hauer vomitato gli soua gion-

Alphino. se febre, per la qual morì il terzo giorno. Gl' insu-
Formaggio bri, come ancor i Piemontesi lodano il Piasentino
Millanese, & fatto di latte di vacca, & ne fanno de' simili su
Piemontese. Vercellese, Crescētino, & Astegiana. Quel dell' Alp
Mondouì. Liguri lodato è assai, quel del Mondouì fatto in vn.

Pantaleon regione chiamata Ruschaira. Loda assai *Pantaleon*
Vercellese. di Vercelli nel libro de' Lacticinijs, le picciole for-
Robiolle. maggie chiamate robiolle, specialmente quella

della Morranella Liguria, & sono trà formaggi li più sani: Dopò questi si lodano quei della Briga-
Di quelli poi fattinell' Alpi, si loda assai quel di Cer-
uiera del Delfinato, insieme quel di vacca del Mar-
chesato di Saluzzo: come ancora quello della val d'

Delfinato. Lucerna, & Angrogna: il simile lodano molti que-
fatto à Ceresolla, nell' ultime parti della val di Pont-

Piemonte. Tutti gl' altri in Piemonte sono di vacca, eccetto
quel che fanno li Alpini, chiamati da noi vittoni
(perciocchè la maggior parte dell' anno, per la ste-
rilità

REGOLE DELLA SANITA. 195

rità del loro paese, ricercano il viuer altroue) *Vittoni spera*
 del suo latte di peccora, che fanno in uil' Inuerno, il che così chia-
 quale in molti luoghi, non cede in bontà à qual si ^{mati.}
 voglia altro formaggio: Il Pantaleon loda ancora *Pantaleon*
 quel del Montecinese vicino à Susa, qual separa il *Vercellese.*
 Piemonte dalla Sauoia, & Delfinato, e quelli del- *Montecinese.*
 la val d' Agosta. Celebri sono ancora certi formag-
 gi grassi in forma quadra, che si fanno nella va-
 le di Moriana in Sauoia, & nella Tarantasia, con *Omboli.*
 un picciolo bastioncino in mezzo, qual si mangia li-
 quefatto co' l' butiro nell' inuerno, & non infiamma,
 incrassa il catarro, & nutrisce assai; mà è oppilati-
 no, & i Torinesi lo chiamano ombo, per esser for *Ombo.*
 mati alla forma de' lombi di porco: in queste parti
 si fanno ancora gli vacchiarini molto delicati. Quasi
 tutti gl' altri c' hanno cattiuo odore, ò vitiato sapo-
 re, ò verminosi, sono biasmati, come nociui al cor-
 po humano: come sono molti, che si portano dalla
 vale di Lanzo) massime freschi) Corgnè, Valperga,
 & molti che si portano di Sauoia: sono mediocri
 quei d' Iurea, & val d' Agosta. Quei che si porta-
 no di Sardegna, se ben incitano l' appetito, generano *Formaggio di*
 però cattiuo sangue, & scaldano il segato, nociui *Sardegna.*
 alle reni, generan in esse pietre, & è cibo da gre-
 garij. Et per temperar la sua salsedine lo metto-
 no dentro l' acqua: Questi sono la maggior parte de'
 formaggi, che si usano in Piemonte. ¶ L' ultima *Quinta differ-*
 differenza, si piglia dall' età, la onde dice Panta- *renza.*
 leon Vercellese, che il formaggio è come la theriaca;
 percioche la theriaca essendo fresca refrigera, così
 fa il formaggio fresco, per la copia del sero, qual in
 se ruiene, e poi comincia acquistar maggior grado
 di calore, come fa la theriaca di mezza età, & indi

N. 2. quando

quando è vecchio diuenta acutissimo ; perche acquista una crassa sostanza , acre , e forte , acuta , e ferisce la lingua , & impiastro co'l brodo di percocto, rompe i toffi , & nodi de' podagrosi , laonde Galeno nel lib. de alim. 3. Maximè verò inueterato acrimonia acrescit , & omnino , quàm antea calidior , videntiorque is redditur : ideoque siticulosior , & concoctioni rebellior , & succo deterior tandem enadit . Gioua ancora la long' esperienza di farne tanta quantità seconda la misura del latte , e darli la debita proportionè del coagulo & il debito modo di scaldarlo , & il tempo della coagulatione , con la temperata estraction del butiro : modo di riporlo nelle forme , & di salarlo , riporlo & conseruarlo : molte volte gioua ancor la mano del componente , poiche alcuni d' vn' istesso latte gli fanno diuersi in bontà ; perciò Arist. nel 2. de Anima & il Pantaleon nel 2. de Latiticiuijs , che le malattie morbide giouano assai nel manegiarlo. Il formaggio fresco mangiato quel giorno senza sale : molifica ingrassa , tien il corpo fresco . Il vecchio infiamma difficilmente si digerisce , fa ostruptioni nel fegato tardi si digerisce , offende le reni , & à chi hà lo stomaco debole ; perciò se ne deue mangiar poco .

Formaggio fresco formaggio fresco , qual è acido nutrisce poco , offendendo lo stomaco , genera flatì , & alcune volte muoue il corpo : Se ben il formaggio porti qualche nocumento nientedimeno il suo continuo vso fa , che non nuoce tanto ; poiche nel Piemonte , nell' Alpi , Sauoia , & nel paese di Valey , & Heluetij non v'è companatico il più frequentato ch'esso , e pur gli homini sono robusti , & gagliardi .

Virtù, & nocumenti .

Formaggio vecchio.

Paesi assueti à mangiar formaggio.

Quanto al tempo seconda la dottrina di Pantaleone

leone

ione nella Primavera, & à corpi sanguigni è
 utile il formaggio di qualità freddo, e secco, come
 quel di capra nuouo, e poi quel di peccora nuouo,
 quel di vacca di mezzana età, mà non salato. I co-
 rici, & nel tempo d'estade il formaggio fresco
 non salato, & il latte coagulato: à melancolici gio-
 ua il fresco l'estade, & l'antico nell'inuerno, &
 nell'altri tempi, quel di mezzana età, & à questi
 ali si loda il formaggio Bresciano. A pituitosi, &
 nell'inuerno gioua più il vecchio, che il fresco, &
 me, lo s'intende quanto alla regola per seruatiua, &
 non quanto alla conseruatiua. Il formaggio poi fre-
 sco gioua à heitici, & consumati: il vecchio lauato
 è flussidi di corpo. Isaac dice che vniuersalmente è
 cattino, perche graua lo stomaco, è di difficile di-
 gestione, & à chi l'usa assai genera dolori colici, &
 pietre nelle reni, & Pantaleone dice, che questo
 fa l'Orientale, & quel di Sardegna; mà non gl'al-
 tri, specialmente quelli di Brescia, & Tarantasa;
 poiche questi sono facili al digerire, di maggior, &
 miglior nutrimento dell'altri. L'usa ancora per pro-
 hibir i fumi, che non ascendino alla testa; per net-
 teggiar i denti, & per temperar, & dar sapor
 alle viuande; perciò ne' cibi humidi si userà il vec-
 chio, & ne' essiccanti l'humido è fresco, & così si
 regoleranno i pouereli, che di continuo lo mangiano
 di usar quanto si può quello, che più si con fa al
 loro temperamento.

Quanto poi alla seconda specie, che si chiama ri- ^{Recotta, e sua}
 cotta, o gioncata de' gionchi, se ben ch'alcuni fac- ^{virtù.}
 ciano distintione trà la gioncata, e ricotta, niente-
 dimeno à noi è tutta vna cosa istessa: chiamando pe- ^{Gioncata, &}
 rò gioncata quella che così calda si mangia, & ri- ^{recotta.}

198 REGOLE DELLA SANITÀ.

cotta l'indurita, ò soursa gionchi, ò vero in sacchi tela, oue sia transcolato il sero. Si fà della par più pingue del sero, aggiungendoui tal volta vn poco di latte, e acqua: alcune volte si fà con latte di

Biasmasi, quella del latte d'animali, ch'han no partorio fresco.

Seraci freschi di Sauigliano.

Coazze nelle radici dell'Alpi Cotic.

Della recotta, ò gioncata.

Broz.

principio del pario dell'animali; mà è cibo da gregari, & è di cattiuo nutrimento: lenisce il corpo, nutrisce poco, e offende lo stomaco: si deuono mangiar serraci freschi col zuccaro, & i più celebri sono quelli di Sauigliano, quali li mettono in piccoli sacchetti & così co'l zuccaro, & acqua rosa si mangiano, & son buoni per in grossar il catarro sottile; & nutriscono assai, conseruati co'l sale perdono la superflua humidità, & i più lodati sono quei di Choazze, & di ra così chiamata dall' Alpi Cotic: Questo alcuna volta si mangia fritto nella padella; mà così offende lo stomaco. In somma alcuna volta noce, come fà il latte quagliato, & fà la lienteria. Pantaleone vuole, che la ricotta non offenda tanto lo stomaco, come fà il cascio. Della ricotta, ò gioncata nell' Alpi ne fanno vna pasta co'l pepe, & sale, qual per sua fermentatione, & corruitione acquista tanta acrimonia, & acutezza, che mordica la lingua, come il cascio antico, & hà quasi l'istesse qualità: si mangia nell'inuerno, & incita l'appetito. Questo si fà nell' Alpi Liguri, & nell' Alpi di Cuneo, & si manda dentro le scatole in altri paesi, & specialmente i frati Certosini, che habitano nell' Alpi, ne' luoghi di Pes, & Cassotone fanno assai.

DEL PISANELLI.

Elettione.

CHe sia fresco, fatto di latte temperato, e che sia di ottimo pascolo.

Molli-

REGOLE DELLA SANITA. 199

Mollifica, e ingrassa il corpo, è gratissimo *Gionamenti.*
 alla bocca, e non nuoce allo stomaco, e di
 tutti gl'altri cascì è più digestibile; mà che nò
 sia troppo condensato.

Fà oppilatione à chi troppo lo frequenta:
 massime à chi hà lo stomaco assai debòle. *Nocumensi.*

Mangiandosi seco in compagnia noci, man *Rimedio.*
 dolo, pere, e mele: mà non si hà da vsare sem-
 pre.

E freddo, & humido nel secondo grado. *Gradi.*

E pasto di dura digestione, e ricerca vn ga- *Tempi, Età.*
 gliardo stomaco, e però conuiene più à i *Complexions.*
 giouani, & faticanti, ch'à i vecchi, & à gli
 otiosi.

HISTORIE NATVRALI.

IL cascìo fresco nutrisce più del salato, & hu-
 metta. Tutti i cascì sono di tristo sugo, eccet-
 to i freschi, che da i stomachi caldi sono presto di-
 geriti. Si hà da mangiare quel giorno che si fà,
 perche come s'inuecchia, diuenta pessimo. Il ca-
 scìo vecchio si biasma, perche difficilmente si dige-
 risce, induce la sete, infiamma il sangue, fà la pie-
 ra, oppila il fegato; passa tardi, genera colera,
 stringe il corpo, perche il quaglio gli dà questa ac-
 tezza. Fà più danno il cascìo infiammando, che
 utile assottigliando: se sarà di mezzo tempo, non sa-
 rà ingrato allo stomaco, e poco danno gli apporte-
 rà, mangiandosi mediocrementè. Il pecorino è mol-
 to migliore de gli altri, sì come il caprino è il p. g.
 giore. In somma mangiasi in quantità tale, che
 serua per sigillo solo dello stomaco. Et si offerui

il proverbio commune, che dice . *Cascus est san-
quem dat auara manus* ; perciò s'osservino le
guenti regole .

La prima della qual sarà, che alcune volte il cas-
cio si mangiarà per nutrimento principalment
E in tal caso si deue far scielta del migliore, ci-
di quello , che non è ne nuouo, ne vecchio, ment
però sia fatto di buon latte; Al cui uso nondime-
trouo molto biasmato per i mali effetti, che cau-
i quali soprabondano di gran via i giouamenti, e
nutrimento, che sia per produrre, i quali ma-
effetti non riserisco per adesso, E in tal caso vole-
done pur mangiare, non se ne mangi se non in po-
ca quantità. Alcune volte si mangia per promouere
l'appetito debilitato per causa di qualche flemma at-
taccata alle regioni dell'orifitio del ventricolo, che
impediscono l'appetito, le quali ha forza di scac-
ciar, E incider' il cascio, E all'hora si può, E
conuien mangiar' l' cascio di mezzo tempo, E auan-
ti il pasto, come s' usa il Piacentino in Lombardia
E ciò per l'effetto sudetto.

Alcune volte si concede per sigillar lo stomaco
da cibi humidi mangiati, E per comprimer i furori
che si causano da quel cibo, acciò non vadino al cer-
uello, E à fin che con la sua gravetza facci discen-
der gli altri cibi nello stomaco, E all'hora conuien
vsar il cascio vecchio dopò tutti i cibi, E in poca
quantità, non mangiando altro appresso, ne beuen-
do se sarà possibile, o almeno non beuendo vino ga-
gliardo.

Alcune volte il cascio si mangia per competen-
za d'alcun' altro cibo mangiato, E all'hora se'l ci-
bo mangiato sarà humido, conuien mangiar il ca-
scio

scio vecchio, & se sarà secco, ò vero essiccatio, conuien mangiar il cascio nuouo. Dal che si verifica il verso, che si suol dire, *Post pisces nuges*, in quella parte massime se ben nel resto del verso gli sia qualche poco di disparere.

Alcune volte si mangia il cascio per sodisfar alla necessit  dell'appetito, come suol intrauenir   molti fanciulli, che stanno alle scole in donzenna, che quando hanno mangiato la parte della carne, & altre riuande, restandoni ancor vna gran parte dell'appetito in pronto, per mangiar' al retanto, ne hauendo altro auanti in pronto, che'l cascio ricorrono ad esso, come fanno i legisti all'attione sussidiaria, & tal caso si pu  conceder qualche poca quantit , sempre in seguendo quel verso, che dice. *Cascus est sanus*, quem dat auara manus.

Alcune volte si mangia il cascio dop  gli altri cibi per volut  ò sia per leuar quella flemma, & vntuosit , che resta attaccata   i denti, per hauer mangiato del grasso, ò veramente per leuar il sapore di qualche cibo mangiato, restante nella bocca dello stomaco, & del palato, & all'hora si pu  conceder qualche poco di cascio di buon'odore, ne nuouo, ne vecchio, m  pi  presto declinante al vecchio, che al nouello.

Che sia di latte, al quale non sia stato leuato il butiro, che sia fresco, & di ottimo pastolo.

*Gionca:
Electione.*

Smorza la sete, e l'ardor dello stomaco,   chi l'h  molto caldo, e potente per digerirla.

Gionamenti.

Restringe il petto, e fa venir l'asma: e perche manda vapori in capo, fa alle volte suffocatione, e sincope.

Notamenti.

Mangiar.

Rimedio.

Mangiarne di rado, & il meglio è non mai.
Mà pure quãdo occorre, prendasi per primo
pasto con molto zucchero.

Gradi.

E fredda nel secôdo grado, e humida, & tē-
peratamente.

*Tempi, Età,
Complezioni.*

E cibo da vsarsi ne' tempi molto caldi, è più
conforme à i giouani, & à i colerici, che à i
vecchi, & catarrosi.

La gioncata, come anco ogni latte quagliato, e
congelato, subito mangiato si putrefà: e se dopò
pasto si prende, fà discendere à basso tutto il rima-
nente del cibo indigesto, e crudo. Si digerisce tardi,
e con gran difficoltà, & conuiene hauere gagliardo
stomaco. Genera vn nutrimento grosso, che ageuol-
mente genera la pietra. A molti hà fatto venire
quella specie di flusso, che si chiama lenteria, oue-
ro leggierezza d'intestini. In somma è peggiore d'o-
gni sorte di latte. Questo nome di gioncata è tolto
da' gionchi, ne' quali si conserva, e si porta.

Dalla quagliata, ò sia (come scriue il Pisanel-
li) gioncata si caua il sero di latte, tanto lodato da
gli antichi, per lenir' il corpo, & per curar le male
complezioni del fegato, causate da humori falsi, &
acuti, & qual vsiamo ancora noi ad ogni sorte d'in-
fermità, che vengono fuori del corpo nelle acute,
come rogne, lepre, pustule, vlcere, & altre sorte
di mali, che sogliono con esso guarirsi: Bisogna pe-
rò auertire, che quando se ne vuol vsare si deue pri-
ma purgar il corpo, poi pigliarne ogni giorno alme-
no quattro libre per volta la mattina à digiuno, pas-
seggiando come si fà dell'acque de' bagni, mà per-
che quã non si tratta di medicine, questo basti.

Ricetta.

Che sia fatta di ottimo latte, e tanto fatta
di

di fresco, che sia ancor calda, perche cosi più *Elessione.*
presto si digerisce.

Gioua à gl'huomini di calda complessione, *Giuuamenti.*
conferisce à chi hà il flusso d'humori biliosi,
smorza la sete; e l'ardor della colera.

Nuocce allo stomaco frigido, indebolisce i *Nocumenti.*
nerui, e induce il sonno, & tardi si digerisce.

Mangiandosi molto fresca, in vltima men- *Rimedio.*
sa, con molto zuccaro, & in poca quantità.

E fredda, e secca nel primo grado.

Questo è vn proportionato cibo per gioua- *Gradi.*
ni, per i colerici, e per quei che si faticano as- *Tempi, Età,*
sai, e si può mangiare d'ogni tempo. *Complessioni.*

La ricotta offende manco lo stomaco, che'l ca-
scio fresco; e se l'huomo sia sano, gli gioua più
presto, che nuoca: mà se lo stomaco sia di fredda
complessione, non la digerisce mai, per esser di so-
stanza fredda, e grossa. Nelche si vede hauere
errato il Platina, che pone la ricotta per calda. La
ricotta salata è molto peggiore della fresca, perche
dà pochissimo, e cattiuissimo nutrimento, fa venir
sete, restringe il ventre, commoue, e genera mol-
ta ventosità. Accresce la renella, e la pietra nelle
reni, e ne' vasi orinarij, e con grandissima fatica
si digerisce. Sono molto migliori le fiorite, perche
essendo fatte della parte più pura, e liquida, si di-
geriscono più facilmente, & non hanno grossezza
nessuna, anzi penetrano presto, rinfrescano, e ca-
uano la sete.

Mangiandone della fresca, prouoca il sonno.

DELLA CONSUETUDINE.

*Il continuo
uso del for-
maggio non
è tanto.*

*Cibo consueto,
& mangiato con
appetito, se bene
cattivo, manca
meno.*

*Figliuole nu-
trite col Na-
pello per vene-
nar i suoi Si-
gnori cattivi.*

Non si deue conturbar l'huomo per le ra-
gioni souera narrate, à chi è vso man-
giar formaggio, d'altenersi d'esso, massime à
chi è assuefatto con longhezza di tempo, &
auidità dell'appetito di mangiarne; percioche
queste sono le cause, che ne togliono vna grã
parte del suo nocumento. Abbiamo ancora
detto, nelle regole generali, che il cibo con-
sueto, & che si prende con appetito, se ben sia
cattiuo, che suole generar miglior sangue, che
non fa il cibo più lodato, & non mangiato
con tanto appetito: anzi la longa consuetudi-
ne, tuolta da fanciullezza dal mangiare, è di
tanta virtù, che il veneno, & medicina vene-
nosa, si conuertono in buon sangue. La on-
de in vna certa region dell'India, quando ha-
ueuano qualche cattiuo Signore, ò Rè, nutri-
uano alcune putte d'erbe chiamata Napel-
lo, qual è venenosissima, e così incomincian-
do da piccola quantità, e continuando poi per
tal consuetudine mangiar il veneno, in luogo
di cibo detta herba; tutti quelli Signori, &
Rè, che vsauano il coito con esse loro mori-
uano.

ANNOTATIONI.

LA longa consuetudine de' cibi, e dell'altre cose
essendo la con-
suetudine vna
altra natura; **L** non naturali, che sogliono immutar i nostri
corpi, si douono regolare, e mantenere; secondo l'uso,
e con-

e consuetudine antica, hauuta da parenti, & co-
 stumi de' luoghi, come anco quella hauuta dalle bail-
 le: perciò ben disse Hypocrate nel lib. 2. dell' Apho-
 rismi. Quinetiam quarum rerum inueterauit
 consuetudo, quamuis deteriores sint illæ, mi-
 nus tamen insuetis malè afficiunt. Est ergò as-
 suetorum usus suscipiendus. Et trattando de gl'in-
 fermi, & specialmente di quei c'hano il gusto de-
 prauato, ò abolito, nell'istesso libro: Paulò dete-
 rior cibus, & potus, suauior tamen, meliori-
 bus quidem: Sed insuauioribus est anteponen-
 dus. Et il medemo afferma nel 6. dell' Epidemij per-
 ciò essendo la natura aggrauata dal male, debole è
 stanca nell'operationi naturali dello stomaco, & vi-
 scere: hauendo perduto l'appetito, tal volta appe-
 tirà qualche cibo, che di sua natura, ò qualità non
 sarà repugnante alla causa morbifica; niente dime-
 no tal volta è meglio conceder, qualche cibo consue-
 to (se ben sia di qualche mala qualità) acciò più facil-
 mente l'infermo, si possi nutrire, che dal tutto pre-
 sentar gli cibi necessarij all'infermità, & che
 siano nauseabondi: perche non sono ricevuti dal-
 l'infermo, ne tampoco sono abbracciati dalla natu-
 ra: Così ancora à conualescenti, & sani; poichè
 per ragion hereditaria la natura, si è fatta fami-
 gliare, con detti cibi, per la perseueranza, & gu-
 sto d'essi: perciò imbracciati da essa, non resta alte-
 rata, non patisce alcuna molestia, si conserva nel
 suo stato, si fortifica, gli digerisce, & altera, e
 muta cioche essa, è solita ad alterare, & immu-
 tare, & non s'offende, mà si conserva nel suo es-
 sere; rendendo la sostanza d'essi cibi familiare à
 essa, come ancora essi soccorrendola con le loro qua-
 lità,

perciò, si de-
 ue in ogni mo-
 do conseruare.
 Hyp. nel 2. del
 l'Apho.

Hyp. nel me-
 demo libro.

Hyp. nell'Epi-
 demii.

Quando si de-
 nono conceder
 i cibi, che so-
 no di qualche
 mala qualità.

Sani, & con-
 ualescenti.

Anuifo à Me lià, e così rendendosi à essa simili, s'alterano, & se mutano più facilmente; Mà se ben ciò sia vero, nientedimeno deue il Medico andarli ben cauto,

Galeno.

*Procurar si
deue di nutrir
si di cibi buo-
ni.*

& specialmente nelle graui infermità, per non patir calumnie: perciò Galeno n'essortaua lasciar di medicar molti, che sono inobedienti, gollosi, & beueroni: per non acquistar cattiuo nome di quello, che con tanti stenti, e sudori s'affaticbiamo d'acquistare; però per il difetto de tali, supplisca la prudenza del Medico. poiche ingenium naturale medicam adiuvat artem. Si deue però quanto sia possibile procurar il viuer, più presto parco, che troppo liberale, & assuefarsi à mangiar cibi, che siano di buono, e non di cattiuo, ò vitiato nutrimento; perche questi generan l'alimento fluido, & rendono la natura debole nelle sue operationi: al contrario fa il buon nutrimento, che rende la natura del corpo forte, in tutte le sue operationi: perciò l'operatione d'essa, & dell'animo. per l'harmonia proportionata, rendono le fontioni buone, & perfette:

*Piemonte si
usano cibi buo-
ni.*

Così l'esperienza lo dimostra: poiche i Piemontesi auerzi à mangiar cibi di buon nutrimento, buone carni, & buon pane di formento, & beuono ancor buon vino: sono fioriti, e viuaci: come ancor le Donne, che sono di bellissimo sangue; & perciò non è marauiglia se il Bottero dice, che sono gente data à piaceri, & balli, & allegrezze; poiche questo procede dalla buona qualità, e temperie del sangue, che gli rende amoreuoli, allegri, affabili con tutti, & non sono fraudulent; mà religiosi, &

*Gente dell'Al-
pi.*

Al timorati di Dio, & obedienti, e fedelli al suo Principe. Tengono poi il secondo luogo à quelli che sono vicini all'Alpi, che si nutriscono di laticini, e cagne,

Aagne, sono gente fiorita, e bella; mà non tanto,
 come è tutto il Piemonte. Veggiamo poi in altre vi-
 cine parti soliti à nutrirsi de' cibi di mal nutrimen-
 to, come pan di meliccha, miglio, panico, formen-
 tone, legumi, e simil. di mal, & poco nutrimen-
 to, che (eccettuato i nobili, Sacerdoti, e letterati) sono
 quasi tutti (massime i gregarij) di fermo, lurido,
 & di brutto aspetto, & che non hanno gentilezza,
 ne tampoco nobiltà, & nitidezza in loro. Così so- Gente, ch'ha-
bitano l'alte
Alpi.
 no ancora molti c'habitano nell' alte Alpi: Mالا
 causa perche costoro hanno tanti Dottori, Preti,
 & Procuratori, & gente data alle lettere, & so-
 no acuti d'ingegno, e che difficilmente si lasciano in-
 ganare, come si legge nel Tesoro politico Fran-
 cese, & molti viuono ancora più longamente, che i
 Piemontesi; dico ciò proceder dal viuer parco, e
 dalla consuetudine de detti cibi, i quali si sono fatti
 famigliari à essi; perciò all'hora non nuoceno, mà
 giouano, e con essi si nutriscono: poiche ab assue-
 tis non fit passio, & si fit non tanta, che atten-
 dano poi alle lettere, che siano acuti, questo ha-
 uiene perche abbondano di sangue melancolico; &
 come dice Marsillio Ficino, Spiritus flagrat in sic-
 co; Perciò non è marauiglia se siano di simile na- Perche gl'huo-
mini, che si
nutriscono di
cibi, che gene-
rano sangue
melancolico,
siano d'inge-
gno acuto, co-
me Cananesi,
& Biellesi.
 tura; come ancor quei d'alti monti, viuono molto,
 per la vita parca; poiche natura est paucis con-
 tenta: Come ancor per la bontà dell'acque, per la
 purità dell'aria, & per esser remoti ancora da ne-
 gotij, & cure troppo fastidiose, chi gli passino di-
 ftemperar le temperie del corpo: la onde essorio tutti
 à viuer parcamente, & alleggersi aria buona, schi-
 uarsi dall'affetti dell'animo, & far nutrir suoi fi-
 gliuoli à buone baillie, & che si nutriscano de' cibi
 buoni,

buoni, & indi educarli con le ottime regole *bristiane*, & *moralì*. Et ciò facendo riuerranno longamente sani, haueranno buon calore, e florido, staranno con l'animo giocondo, & faranno prosperosissimi con l'aiuto del Signore Ottimo, e massimo.

DELLA CARNE. Cap. XXXIII.

Trà tutti i cibi, la carne è di ottimo nutrimento.



Dāni che apporta il mangiare troppa carne.

Varietà delle carni.

A carne trà tutti li cibi, è di ottimo nutrimento, conforta il corpo, corrobora, & ingrassa: il suo cibo è di propinqua conuerfione in sangue: perciò quelli che mangiano molta carne, & propriamente co'l beuer vino, incorrono in replettione, per la qual cosa à questi vi bisogna spesso la flebotomia: ò vero medicina solutiua: secondo l'opportunita della bontà, & malitia della carne, se varia in molti modi, li quali bisogna intendere, per la conseruatione della sanità.

- 1 Il primo modo, è per la differenza del sesso.
- 2 Il secondo, si piglia per la differenza della castratione.
- 3 Il terzo, per la differenza della giouentù, & della vecchiezza.
- 4 Il quarto, per la differenza della regione, doue si habita, & de' luoghi, & pascoli che hanno.
- 5 Il quinto, per la differenza della grassezza, ò magrezza, & della sanità, & infermità.
- 6 Il sesto, per la differenza delli tempi dell'anno,

REGOLE DELLA SANITA. 209

L'anno, ne' quali si mangia la carne.

Il settimo, per la differenza dell'artificio, *Differenze varie delle carne*
& del modo di spiarle, & del cuocerle. *per conserva-*

L'ottavo, per la differenza delle specie de *zione della sa-*
gl'animali, secondo la loro propria na- *nità.*
tura.

Il nono, per la differenza di diuersità del-
li membri.

La prima differenza. Conciosia cosa, che *Prima diffe-*
gni mascolino, sia più caldo, e più secco di *renza.*
alcuna femella, della sua specie; perciò si

aria la sua bontà della carne secondo il sesso:

oppresso alla variatione della natura delle spe-

cie de gl'animali. Et se bene, che per la mag-

ior parte della carne delli maschij, sia più lo-

cabile, della carne delle femelle: nondimeno

in alcune specie, la carne della femella, è più

odabile: Come la carne della capra, à rispet-

to à quella del becco, & la carne della gallina,

rispetto à quella del gallo.

La seconda differenza: veggiamo che gl'a-

imali castrati sono assai migliori, che li ma-

scoli; & le femelle di quella medesima specie;

perche gli mascoli castrati sono migliori, che

le femelle; per la natura mascolina, e migliori

sono, che li maschi, per la castratione; perche

la castratione rimette il calor naturale, & si-

nilmente per la siccità, si riducono ad vna spe-

cie temperata, per essa castratione, à benche

l'animali castrati, habbino somiglianza con

maschi, non sono però sottoposti al coito;

perche dice Aristotile nel libro de parti d'ani-

mal, gl'animali ch'vsano molto il coito, tosto

O

s'inecc.

*Alcune specie
d'animali, gli
maschi sono
mancu buoni,
che le femine.*

*Seconda diffe-
renza, per la
castratione.*

Aristotile.

210 REGOLE DELLA SANITA.

Danni per il s'inuecchiano, & loro carni diuentano aride
superfluo coi- s'indurano, & acquistano la natura della vec
zo. chiezza: similmente per comparatione de' ma
Comparazione schi, alle femelle; i maschi non sono offesi dal
de' maschi con parto, & dall'ouare, & l'esperienza lo dimo
le femelle. stra à noi, che vediamo la carne delle capre
 vacche, pecore, & simili animali non parto
 rienti, hanno assai miglior carne, che quei
 che partoriscono, & le galline, che non fan
 no l'oua, esser migliori dell'altre, si dice che

Galline in
qual tempo sia
no migliori,

Castrati.
Caponesse.

La terza dif-
ferenza si pi-
gliada dall'età.

Animali di
natura secca,
quando sia buo
na la loro car
ne,

La terza differenza à noi è manifesta; per
 che vediamo, che l'età de' gl'animali, che con
 ferisce molto alla bontà della carne, la proprie
 tà de' gl'animali è humida, & quanto più s'in
 uecchia, diuenta più secca; benchè tal volta
 per accidentale humidità, si potranno inhu
 midire, quelli animali, de quali la natural cō
 plessione, è secca sono migliori in quella età
 nella quale la loro naturale complessione, e sic
 cità è temperata, con la propria humidità, nel
 la lor conueniente età, e complessione; così

vedia-

REGOLE DELLA SANITA. 211

vediamo, che la carne caprina, e bouina, è *Carne bouina, e caprina.*
 meglio nell'età, che si lattano; perche la loro naturale complessione, & siccità, è con-
 temperata con l'humidità loro naturale, nella
 congrua età, & pueril complessione, &
 uento non occorre alle carni, che naturalmē- *Carne di natura humida.*
 e hanno humida complessione, & perciò di-
 cono, che l'agnello, & il porco nel tempo di
 loro lattatione sono di mal grosso, & hu-
 mido nutrimento, grauante lo stomaco; per-
 ciò che la natural complessione, si congiunge
 con l'humidità, dell'età proueniente, & con
 la pueril complessione: ma in progresso d'età,
 la loro humida, & natural complessione, nel
 corso di detta loro età, si contempera à mag-
 gior siccità; & perciò appresso à Medici, &
 specialmente Arabi, doue non è in gran vso la *Arabi non usa
no la castrazio-
ne.*
 castratione de' mottoni, è molto lodata la car-
 ne dell'agnello d'un anno, cioè inanti la polu-
 zione. Ogni carne d'animali vecchi, è pessi-
 ma, & è di difficile digestione: come ancor li *Carne d'ani-
mali vecchi
biasmata.*
 animali, che sono all'hora usciti dal parto, ò
 uero quando ad esso sono prossimi. Tutti gli *Animali usciti
all'hora dal
parto sono bias-
mati.*
 animali, che si mangiano auanti, che mettano
 le buone piume, generano humori putrescibili
 nello stomaco, & abbomineuoli à tutto il
 corpo.

La quarta differenza, è che noi vediamo *Quarta diffe-
renza secondo
le regioni.*
 l'animali esser migliori, secondo la diuersità
 delle regioni, come de' luoghi montuosi, &
 bassi, che producono miglior castrati, & di *Carni di regio-
paludose bias-
mate.*
 ottile, lingiera, & più saporita carne, che le
 marittime; & il contrario sono le carni delle re-

O 2 gioni

Buoni pascoli generano car-
ni migliori. gioni paludose; perche le miglior herbe de' p
scoli producono migliori humori, miglior la-
te, & carne, & tanto più producono meglio

carne gl'animali, quanto più hanno propor-

Carne porcina tionati cibi, alle loro nature; La onde diciamo
che la carne porcina, c'habbia māgiato il gian-
de, esser migliore di quella, c'habbi mangia-

Caponi. giato l'herba, li caponi, & galline esse meglio-
ri, quando sono nutrite di formento, & mi-
glio, & di quelle che sono nutrite d'herbe, &
di crusca.

Quinta diffe- Quinta differenza, tutti gl'animali assoluta-
renza. mente, che tengono mediocrità trà la grassiez-
za, & magrezza, sono più lodati, & sono me-

Essendo le car- ni grasse, si de-
uono mangiar gli altri; perche la grassezza soperchia
le parti più abbatte l'appetito, debilita lo stomaco, impe-
magre, & il disce la digestion, dispone il corpo à mali hu-
contrario nel- mori; onde per maggior cautella, si deuono
le magri. elegger delle grasse carni, il più magro, & del-
le magre, si deue mangiar le più grasse.

Sesta differen- Sesta differenza, tutti gl'animali caldi sono
za. migliori nell'inuerno, & gli freddi nell'esta-

Carne porcina te: onde la carne porcina appresso à quelli, che
non contradice l'appetito, è migliore nell'e-
state, che nell'inuerno; & ciò per la sua humi-

Pipioni. dità, e quella de pippioni, è miglior nell'in-
uerno, che nell'estate: le quaglie sono meglio-

Quaglie. ri, nell'Autunno, che nella Primavera: gli pic-
cioli vcellini, quando fanno i suoi nidi non

sono buoni; mà nell'Autunno; quelli che si
notriscono de fichi, & vuc sono migliori. Li

Tordi. tordi sono migliori nell'inuerno, mentre che
non s'essercitano tanto nel volare; perche nel-

l'inuer-

in uerno, quando v'è la neue, vanno per terra, appresso le radici de gl'alberi, cercando termicelli per il loro pasto, & all'hora sono più buoni.

Settima differenza, grande differenza, e diuersità acquistano le carni, nel modo di prepararle, & condirle, le carni gregie riescono migliori arrostarle, che cuocerle allefso, sono ancora migliori mettendole sopra le viuaci braggie, à finche la sua superflua humidità discorra, & si risolua sopra i carboni, & diuen- tino più secche; le carni magre, è meglio cuocerle allefso, che arrostarle; accioche la loro sic- cità si contempri con l'acqua; la carne, che tien del magro, & del grasso, si possono nell'vno, & nell'altro modo cuocerle arrosto, & allefso, & questo secondo la natura dell'animale, & se- condo l'appetito di quel che le mangia: alcune carni si ritrouano, che sono miglior rostite, come quella del porco, & d'altri animali hu- mido, alcune carni sono migliori cotte allefso, come sono le carni bouine, & de gl'altri ani- mali sechi; le carni fritte, & le cuccinate in vna pignata, ò in vn vaso anegate, & stufate; sono mezzane in virtù, trà le rostite, & cotte allefso; le fritte sono propinque più alle rostite, & le cotte co'l brodetto nella pignata, alle cotte allefso, si deue bene auertire, che le car- ni rostite, non siano fortemente serrate, con il coperchio, anzi si deuono lasciar scoperte; per- che le carni rostite, quando si coprono troppo, & che non possono vaporarsi, si riempiono de flati; come vogliono gl'auttori: si è ancora ri-

*Settima differ-
renza.*

*Preparation
delle carni.*

*Carni greggie
ò grasse.*

Carni magre.

*Carne medio-
cre.*

Carni alcune

*esser migliori
rostite, & al-
tre bollite.*

*Carni fritte, ò
stufate.*

Carni rostite

*di maggior nu-
mero.*

○ 3

trouato,

214 REGOLE DELLA SANITÀ.

Carne rostita che le carni rostite sono di miglior, & ma
hauer humidi gior nutrimento, & esser più conueniente
zà naturale. corpi robusti, & esser anco più di difficile di-

gestione, & generar più secco nutrimento, che
quelle cotte alleffo; perche queste sono più hu-
mide, & ciò dalla humidità acquee accidentale,
tale, se ben che le rostite sono più humide,
humidità propria, che le alleffate; perciò nu-

Carne rostita,
& alleffata. triscono maggiormente le arroffite, che le al-
leffate. La carne rostita, si cuoce con la sua
propria humidità, & alleffata con l'altrui, che
li cauta la sua propria humidità; perciò si ren-

Carne posta
su le grandi
braggie. de più secca d'humidità propria, che non fa
l'arroffita. Si deue ancora auertire, che le car-
ni, che si mettono arroffire, si debbano pron-

tamente approssimare alle braggie, ò al fuoco
grande, accioche prontamente, si faccia la cro-
sta, per la quale s'impedisce, che il calor del
fuogo non penetri alle parti intrinseche, & alla
decottione della parte centrale; perciò diffi-

Aristotile. Aristotele, che era cosa più artificiosa, l'arro-
ffire, che alleffare. Le carni acquistano virtù
oltre la loro propria naturale, tale quali sono
le cose, con quali si condiscono. Di tutte que-
ste regole c'habbiamo detto, molte ne lascia-
mo per breuità à dire; perche l'esperienza ne
rende chiara testimonianza.

Ottava differ-
enza. Ottava regola, è cosa chiara, che alcune spe-
Differenza cie d'animali, hanno miglior carne gl'vni, de
tra le specie gl'altri assolutamente, come trà volatili, è me-
d'animali. gior la carne della starna, ò faggiano, ò galli-
na: ma trà gl'animali seluatici, il capriolo, & il

porco

porco cinghiale giouine, inanti c'habbi vfa-
to il coito: fimilmente trà gli membri v'è gran
differenza; perche fono à fiai migliori i testico- *Differenza col-*
li, & le mamelle, del fegato, & altri membri, *ta dalle parti*
& accioche quefta ottaua differenza, ò diuer- *d'animali.*
fità d'effe fe n'habbi notitia, fi metteran no in
parte le virtù di ciafcuna fpecie d'animali co-
mestibili, & de' fuoi membri. Primo còmin- *Nono.*
ciarò dalla ftarna, come dalla più nobil carne.

ANNOTATIONI.

CHe la carne d'animali mafchi fia più buona, & carne de' ma-
faporita, che la feminina eccettuate alcune, co- *hi più lodata*
me della capra, & gallina non è dubio alcuno; poiche *Carne di femel*
il feffo mafculino è più caldo, e fecco del feminino, *la lodata.*
co ne vuol Galeno nel lib. de femine, oue fcriue, ma- *Galeno.*
nifestum igitur iam factum est in calidiori, &
ficciori temperamento mafculum generari, in-
frigidiore verò, & humidior fœminâ. La onde
per l'abbondanza dell'humidità reftano effe più in-
fipide, & l'ariete, & il becco fono più cattiu, per *Ariete biaf-*
la fuperflua ficcità, & il gallo, della gallina, per *maso.*
la nitrofità di fua carne, la quale è atta à purgare,
& perciò i Medici lodano più la gallina, & la pic- *Castrati.*
ciola femina, per non hauer tanta calidità. Il fi-
mile, i castrati fono più lodati, che quei che non fo-
no castrati, p le ragioni fopra narrate. Galeno ancora
loda nel libro De attenuante victus ratione, gl'a- *Animali di*
nimali di montagna, per effe più caldi, & fecchi; *montagna.*
cofi dicendo. Animalia, quæ in montibus viuunt,
omnia funt tum ficciora, tum calidiora tempe-
rie, eorumque caro minimum pituitosa, ac

*Galeno.**Castriati.**Galeno bias-
ma la carne
troppo grassa.**Perche la car
ne de' castrati,
è più sana che
l'altra.**Galeno.**Animali, che
lustrano uccel-
li, ch'ouano so-
no cattini.**Età d'anima-
li qual sia me-
gliore.**Galeno.*

viscida existit. Quanto alli animali castrati
cenna ancor Galeno nel lib. 2. de alim. castratorum
carnes sunt præstantiores, quemadmodum
num pessimè; perciò la più lodata è quella de' ca-
strati, & che non s'ancor troppo grassa; poiche
cose troppo grasse non sono lodate da Galeno, nel p-
mo de alimentis, è trattando del sesamo così dic-
Quamobre meos, qui ipso vescuntur celeriter
implet, stomachum subuertit, vt pinguias
nia. Il simile dice de' castrati, esser più soauis al g-
sto, & che sono di maggior nutrimento, & più
facili al digerirsi, & ciò nel terzo d'alimenti. De-
Perche la carne animali giouani, lo scrue Galeno nel citato luogo; ma
ne de' castrati, perche habbiamo detto, che la carne de' maschi è più
è più sana che sana, & saporita di quella della femina, per non haue-
l'altra. tanta humidità, così dourebbero esser i castrati,
quali sono più humidi, che non castrati. A questo
si risponde che gl'animali castrati hanno più abbon-
danza d'humido innato, che non castrati, e quelli anco-
ra sono più secchi di siccità acquisita; per il coito
perciò non sono così lodate, & la siccità ne' castrati
& giouani è in qualità temperata, & non soprabun-
dante, come nella vecchiezza; perciò tal carne vien
biasmata da Galeno nel primo de alim. come habbia-
mo detto: à questo effetto gl'animali, che presto di-
uentano di complessioni secca, come il bue, & la ca-
pra sono assai migliori, nell'età che si allattano, co-
me è il capretto. Ancora tutti gl'animali, che
hanno il latte, & uccelli, che couano l'oua sono in
quel tempo cattini.

Circa l'età delli animali: in che età siano migliori,
lo descrue l'istesso Galeno nel terzo de alimenti. In
vniuersum autem augessentium caro, multò est
præstan-

præstantior, quàm inclinantium etatē: mediā
verò est interutranque florentium: praua au-
temadmodum est nouellorum, sed diuersa ra-
tione, ac senum. Si quidem horum caro dura
est, & sicca, ac neruosa; ideoque concoctu
difficilis, & nutrimenti exigui: Contra ani-
mantium nuperrimè æditorum corpora, muc-
cosa sunt, ac humida, eoque excrementis ple-
na: faciliùs tamen per aluum descendunt.

Circa la varietà de' luoghi, si vede, che sogliono *La varietà de'*
variare la loro bontà: come manifestamente, si vede *paesi immuta*
cioè i vitelli sono più celebri nell'Italia, che in altre *la bontà della*
parti, & massime nel Piemonte: I montoni sono *carni.*
celebri in Francia, & massime in Prouenza, &
in Piemonte sono cattiuu, massime all'infermi: si
lodano ancora i boui d'Inghilterra. A questo propo-
sito benissimo dice Galeno, nel citato luogo. Secun-
dum etiam præparationis modos, & locos in
quibus ipsa animalia viuunt, non mediocris
eorum est differentia. Quanto alla grassezza, si *La mediocrità*
deue sempre procurar il mezzo, trà la carne gras- *nelle carni, se*
sa, & magra: come habbiamo detto nel citato luo- *ricerca.*
go del Sessamo.

Circa la stagion dell' Anno, si come si deuer vsar
diuersa regola di viuere secondo, che si va mutan-
do l'età dell'huomo, & che si va variando il tem-
peramento, così ancor si variano i cibi secondo le
qualità, come ancora si deue misurar la quantità d'essi
secondo la mutation dell'anno, come nell'inuerno
Hipocrate nell' Aphorismi, n'insegna vsar maggior
copia di viuande: per il longo dormire, & per esser
più caldo lo stomaco, & ventre: Insignes capaci-
tates internæ hyeme, & verè sunt natura cali-
dissima,

diffimæ, & somni longissimi: ijs igitur temporibus cibi accessio est adiungenda: Così ancora nelli eccessiui caldi, lodà Galeno l'uso de' frutti fugaci; quali sono di cattiuo nutrimento: Così di-

*Cibi cattiuo
conceduti nel-
l'estate da Ga-
leno.*

cendo nel libro de cibis boni, & mali succi. Vita-
tanda autem penitus; quæ vitiosi succi sunt,
præterquàm estate, cum languentium corpo-
rum siccitati, & calori occurrendum est. Così
la prouidenza Diuina, ne vâ prouedendo i cibi, con-
forme alle stagioni; perciò lodà ancora l'uso della
*Carne di por-
co nell'estate.* carne porcina, nell'estate, & questa non intende del-
la salata; mà della fresca; qual per esser humida, si
può in quel tempo conceder, & in questo tempo lo-
dò Galeno, li piedi di porco, così scriuendo nel libro
sopra citato.

Prudens tamen vir ad refrigerandos æstus;
ex balneis rediens epota prius aqua, mox vinò
mediocriter aquoso, ijsque per vomitum red-
ditis, lactuca medat, quæ innoxia est, simul-
que vires habet refrigerandi. Sumat postea suil-
los pedes bene decoctos ex aceto, & garo Così
ancora della preparatione de' cibi, così dice. Cæte-
rum præparata, percocta que commodius trans-
mutantur quàm cruda, cum ad inuicem conco-
ctionis succedant. Et nel libro terzo de alimentis.

*Le preparatio-
ne de cibi.
Galeno.*

Carne bollita.

Secundum etiam præparationis modos, & lo-
cos in quibus ipsa animantia viuunt, nō medio-
cris eorum est differentiâ. Dice poi, che la car-
ne bollita fa ottimo sangue. Carnes quidem cum
probè elixæ fuerint; optimum gignunt san-
guinem, & potissimum, si ex animalium bo-
ni succi fuerint. Le rostite poi non v'è dubbio, che
non siano di più nutrimento; imperoche non lascia-

no

REGOLE DELLA SANITÀ. 219

no la loro parte nutritiva nel brodo ; mà sono più
essiccanti : come anco le salate ; mà d'assai più , che
le altre , come dice Galeno nell' vndecimo delle fa-
coltà de sempl. Nec parua existit carniū diffe- *Carne salata*
rentia , dūm quasdam carnes condimus. Nam
interdum animalis temperie humidissimi caro
salita , longè exiccantior euadit ea , quæ sicca *Carne rostata*
natura existit. Verū inter eas , quæ salitæ
non sunt , siccior est assa , quā quæ in aqua ,
est elixa . Le stufate ancora sono di grandissimo
nutrimento , che cotte in pasticio , se ben alcuni le
biasmano ; perche nō sono euentate mentre , che cuo-
ceno . Del resto le carni acquistano diuersa natura ,
secondo le varietà delle cose , che vi si mettono nella
loro preparatione. *Pasticio*

Circa le specie de gl'animali , ch'è l'ottaua diffe- *Specie d'animali*
renza , così dice Galeno , Volucrum tamen caro
concoctu facilior est , præcipuè perdicis , attra-
genis , columbæ , galli gallinacei , & gallinæ ,
turdorum verò , & merullarum , minorum-
que passerulorum caro , quā prædictorum
est durior. His autem ipsis , turturis , palumbi ,
anatisque caro , etiam durior existit. At phasia-
norum , quòd ad concoctionem , & nutrimen-
tum attinet , carni gallinarum est similis : volu-
ptate tamen in edendo eam superat. His du-
rior est pavonum caro , & fibrosior , & diffici-
lior concoctu .

LE carni , come quelle , che sono necessarie à GALLI-
conseruare la sanità , & che , come atte à N A .
procreare buono sangue , facilmente si digeriscono ,
& si conuertono in vn sugo conueniente alla natu-
ra no-

ra nostra, si deuono usare ordinariamente trà gli altri cibi. Et perche non sono tutte ugualmente salutifere, quelle sono stimate le migliori, che sono frolle, molli, tenere, non però che siano longamente state amazzate, come tiene comunemente la più parte de' Medici, non considerando, che quella tenerezza, che si fa, è per causa della putredine, che comincia à farsi, ò vogliamo dire, che si preparano à putrefarsi. Et perciò Hippocrate vuole, che si mangiano fresche, & subito, che sono state amazzate, come quelle, che danno maggiore, & migliore nutrimento al corpo nostro. Il che si vede nelle bestie, che si nutriscono di carne, ch' amazzano, la qual mangiano subito, & meglio si nutriscono. Però io sarei d'opinione, che si diuidessero in tre età, cioè che a' vecchi si lasciassero diuentare frolle al sereno, & che fossero ben cotte, che a' giouani, & gagliardi si cuocessero, così fresche cioè di fresco amazzate, & che à quelli di mezz'età fossero d'un giorno, ò di due, come scriue Rabbi Moysè al 20. de gli Afforismi, & queste deuono essere grasse, humide, gioueni, fresche, & meschie trà'l rosso e'l bianco, si come sono quelle (comminciando dalle più volgari, & comuni a' ricchi, & a' poveri) di vitello giouane, lattante, di sei settimane, ò otto, & rostite. Poi quelle de' pollastri, tanto per i sani, come per gl'amalati; quelle de' caponi, & successiuamente de' fagiani, de' colombi domestici più tosto, che de' seluatici, de' pernici, di lodele, de' tordi, de' tortore, & d'altri uccelli di campagna, & de' boschi, & in somma di tutti gli uccelli piccioli, & freschi, & giouani, i quali chiama Galeno monticoli; perche habitano i monti, & i boschi.

boschi, tra' quali generalmente si lodano più quelli, che sono velocissimi nel volare, & non lasciarò uì di dire, che trà essi, quello, che si chiama gal-
erita, & moticilla (percioche muoue sempre la co-
la) & hà in capo vna cresta in modo di corona, &
pecciolo più d'ogn' altro (eccetto del Rè picciolo)
otto, & mangiato, guarisce il dolor colico. Et così
ome le sudette carni d'animali volatili, sono le più
odate, & più facili à digerirsi, massime à persone,
che non fanno essercitio, & che attendono à gli stu-
dij, & alle contemplationi; perche volano continua-
mente, così per il contrario sono vituperate quelle,
che habitano l'acque, & i luoghi paludosi, come
ocche, anatre, & per dir breuemente tutti quelli,
che hanno le gambe, il collo, & il becco longo, fat-
togli dalla natura, acciò, pascondosi nell'acque pos-
sino arriuar à trouare il cibo. De' quadrupedi, come
quelle del capretto giouane, & lattante, per esser
il primo, che porta il vanto tra' quadrupedi. Poi
de gli agnelli giouani, della lepre, quantunque da
molti biasmata, percioche genera vn sangue molto
rasso, & melanconico: Del coniglio meglio della
lepre, del montone, dal porco seluatico tolto in cac-
cia, come che generi sangue puro senza escremen-
ti, & del capriolo. Sono anco molto lodate da Ga-
eno, & da altri Medici quelle de porci domestici,
& grassi, per la lor similitudine, ch' hanno con la
carne humana, massime se saranno nutriti in cam-
pagna la maggior parte del tempo, & se saranno
fresche, & di giouani animali, & non vecchie, ò
salate, mà con tutto ciò non sene deue mangiar in
quantità, perche grauano il ventricolo, & special-
mente à persone delicate, & perciò le laudo più à
persone

persone di fatica, & di campagna, à quali danno gran nutrimento, & vtilità. Et queste sono le carni che per sanità del corpo (moderatamente però) si possono con sicurtà usare, & mangiare, & più dell'vne, che dell'altre secondo il costume, & gusto, delle quali non si deue mangiare in gran quantità, ne con molta auidità, come molti golosi fanno, imperochè quantunque buone, mangiate voracemente, & in quantità, tardi si digeriscono, & si distribuiscono per le vene à nutrimento del corpo. L'altre carni, come de' tori, boui, vacche, peccore, galli, capre, camelli, asini, orsi, volpi, lupi, & d'altri simili animali, sono tutte cattive, & guastano la sanità à chi le usa. Io trouo appresso ad altri valenti scrittori di medicina quest'ordine nelle carni di buono nutrimento, & eleite, cioè, che prima pongono la carne della gallina, che non hà ancora fatto oua, della cui carne copiosamente ne scrive Auicenna: poi quella del capone; Terzo della tortora; Quarto del storno giovane, per essere carne leggiere. Quinto del colombo. Sesto della quaglia, mentre però si mangi con carne grassa, ò sia co'l formaggio grasso, & fresco, per ouiare à gl'effetti, che può causare la sua carne, massime s'ella hauesse mangiato dell'elieboro, del qual si diletta pur assai. Settimo pongono la carne del fagiano, cioè gallo seluatico, il qual io metterei de' primi per le sue buone qualità, hauendo la sua carne molto cōuenienza co' la carne humana; Ottauo quella del merlo; Nono pongono la beccazza, la cui carne trouo essere molto vtile à chi patiscetremore, & debilità de' nerui. Decimo quella della pernice, la carne della quale è annoverata trà le carni leggiere, & che ingrassano, & questa

REGOLE DELLA SANITA. 223

Questa carne Galeno la preferisce alle carni di tutti i animali volatili, la qual molto conferisce alla memoria. Undecimo pongono la carne del fringuello, messo in questo luogo nel numero de' tordi, & animali di gran velocità nel volare, che stanno nel vigne in compagnia de' tordi à mangiare i vachi riva. Duodecimo mettono l'otice chiamato da' Fratesi Ostarde. Tertiodecimo vi pongono il Tremulo, così detto perche quando camina, hauendo la coda molto longa, sempre la vā dimenando, & è animale, che hà sopra il capo alcune penne lunghe, & si sopra le rive del mare. Mà lasciando da parte quest'ordine, & seguendo quello del Pisanelli, il quale ha parlato diffusamente, non mi estenderò, saluo li qualche proprietà loro trouate appresso molti scrittori.

La starna hà la carne più sottile, & più leggera di tutti gl'altri uccelli, & declina ad esser temperata: ingrassa il corpo, conforta il cuore, e cura la sua debiltà, conferisce al fegato, & lo stomaco: gioua alli hydropici, incisa, & augmenta il coito, & è buona à questi, che vogliono esser gouernati con regola, & guardarsi da cibi cattiu, & sono più conuenienti, e migliori suoi polcini, ò polli.

La starna è così chiamata, come dice Plinio, quasi sterna; la causa è che mai si domestica; mà sempre riten del seluatico; perciò credo che molti si sono pensati, che fosse l'Attagena de Greci, ò come la comandava Galeno ἀτταγην, ò ἀτταγας, ò vero come altri dicono, ò ἀτταγην, & ἀτταγᾶν, perche Plinio nel lib. 10 dice ch'è vn uccello asiatico nobilissimo, & che essendo preso mai più canta, & il più

BENZO.

Starna.

BERTALDO.

DO.

Starna.

Attagena.

Francolino.

più celebre, è il Ionio, e così Martiale dice inter sapores fertur alitum primus. Ionicarum gustus attagenarum: per questa sua melancolia hanno giudicato, che fosse la starna: mà pur Vlisfe Aldrouando nella sua ornithologia nel lib. 13. c. 9. afferma per certo esser il Francolino, il quale dice Giulio Scaligero, che non solo sono in Asia è Rhodo: mà ancora in Spagna, & ne' monti Pirenei, e d'Aluernia, come ancor sù l'Alpi nostre: mà di raro vengono, & di queste dice hauerne mangiato il Rè Francesco di Francia.

Et delicatior, quæ valens succo.

Maiore corpulenta Attagen præsto est.

Oris prouincialibus pyrinæis.

Nomen minutior deferens flexu,

Plinio.

Nam Francolium turba nuncupat vulgi, è questo par che affermi Plinio, quando nel lib. 10. cap. 48. disse capitur, & in Gallia Hispania-que, & per Alpes etiam: nascono ancora copiosi ne' monti di Sicilia, come dice Vlisfe: in Piemonte è passagiero, e di raro si vede. L'uso di queste carni, è sempre stato in gran stima, & è dell'istesse qualità delle perdice, e si acconciano nell'istessa maniera. E le più celebri secondo Galeno sono quelle, che non sono ingrassate in casa. Che la starna non sia il L'attegena lo conferma ancora il Volaterrano, e l'Aldrouando, qual rifiuta ancora nel lib. citato à c. 13. l'opinion del Conciliatore, qual si pensò, che fosse la starda, per la somiglianza del nome: Gulielmo Regino, si pensò, che fosse la becchasea, & il scholiastes di authorità di Myndio citata d'Atheneo si pensò, che fosse il fagiano gentile, mà la, ciamo queste opinioni da parte, e diciamo con la vulgar opinione,

Galeno.

Regino.

ione, e con l'Aldrouando, che sia la starna, la
 erdice ordinaria di pianura, chiamata da esso per-
 ix cinerea, siue starna, della quale Giulio Scali- *Perdix.*
 ero d'essa così scrive.

Iam caccabantes gaudio intimo ludunt.
 Quæ lautiores etiam expetuntur ad lances,
 Rubella perdix delicata, & astuta.
 Et nigripes, quā Hetruscus autumat starnā.
 Et quas niuales candidas alunt Alpes.
 Et quam sapore præditam minus firmo.
 Taurina gens Gallinam vocare iussit.

E noi ancora in Piemonte diciamo esser quella
 becie di perdice, che dimora nelle campagne, & ne'
 iani, & volgarmente, si chiama pernis, ò per-
 lis, e di queste v'è ne sono ancor due sorti, l'vna
 più grossa dell'altra, & ha la carne assai più sapo-
 ita, che le perdici, volgarmente chiamate di mon-
 agna, per esserne ne' colli, monti in quantità, si
 mangiano sempre rostue, inuolte col lardo, & indi
 on aceto, ò sugo de' limoni, & vn poco di pepe.
 piccioli perdigoni, come ancor le giouanette sono
 più celebrate. Le vecchie starne non si mangiano
 e non lasciate alquanto morte, che siano friabili, *Starna vec-*
 & indi sminuciate, si fanno crocer con brodo gras- *chia.*
 o, aceto rosato, sugo de' limoni, ò citroni, con vn
 antino di sua scorza, & pepe. Dice il Castor Du-
 ante, che mangiando per vn' Anno integro ogni
 giorno, vna starna, ò perdice, che guarisce il mal
 Francese.

Teniamo ancora, che sia più sana, che la per- *Francese.*
 lice, & Elluchasem dice, che la starna è di natura
 emperata: ma declina alla calidità, & essendo gras-
 a, che douenta humida, & che è prossima alla na-

P tura

...a del fagiano, e di più nella temperanza, e
 silezza tener il primo luogo la starna, il secondo
 fagiano, il terzo la perdice. Rhasis dice, ch'è v
 le à conualescenti; per hauer il corpo refrigerato
 diminuto: Caro perdicis maris calida est, & l
 mida, inflat, venerem promouet, obelat, ca
 facit, & sanguinem multum auget: perciò n
 la lodarei à febricitanti, si deue ancora auertire c
 Arnaldo di Villanoua, che la starna, ò perdice n
 vuol esser troppo arrostita, acciò non douenti trop
 efficcante.

BENZO .
Perdice.

Le carni della perdice. La perdice è spec
 di starna (se ben ch'alcuni tengano il contra
 rio) fà buon augmento al ceruello, & augmen
 ta l'intelletto, escita il coito, & augmenta
 materia della sperma.

BERTAL-
DO.

La perdice, come ancor la starna era in tan
 prezzo à presso gl' antichi, che Aristippo non si ve
 gognò di accomprarne vna al prezzo di 100. drac
 me, come degna da Prencipe, e Martiale ancor
 la celebraua trà le cose rare in suoi tempi.

Martiale.

Ponitur Aufonij's auis hæc rarissima mensis
 Hanc in lautorum mandere sæpè soles.
 Giulio Cesare Scaligero dice esser vn' animale e
 legantissimo; perche concilia gl' animi delli Auoca
 ti, & Procuratori.

Placida labonis puteal, toral, matella.
 Ardenti cadi fulgure, perdice, saperda.

Coturnice.

Questa si chiama da Romani Coturnice, e di tut
 te se ne mangia in copia nel Piemonte, chiamate d
 essi pernis gallie, dalla voce Sauoiana gaille, ò gau
 le, cioè di color vario, come trà lor spesso nel colo
 sono differenti. Gl' Aslegiani le domandano Maren
 ghe

he per esserne in quantità nelle colline, e Alpi Li-
 uri, che diuidono il Piemonte dalla Liguria. Han-
 o queste il becco è rostro rosso, e sono assai più g. à-
 delle starne, e più celebri alle mense dell' Altez-
 a di Sauoia. Queste facilmente si rendono dome-
 iche nelle case, il che non fa la starna. Si mangia- *Condimento.*
 o à noi rostite, e di raro aleffe, se ben in questa ma-
 iera le lodi Antonio Gazio, per tamperarli la loro
 ccità. Il Platina ancora, aggiuntoui saluia, e pe-
 e, è Atheneo ancora: mà vi aggiunge molti aro-
 cati in soani al gusto, come la mirra, seme d'apio,
 ligustico: Noi dopò, che sono arrostate è fredde
 minucia trita la polpa, e si mette à cuocer co'l
 rodo, pepe, garoffani, sugo de limoni, ò aranci, ò
 ceto, e così resta cibo dellicatissimo, alcuni vi aggon-
 ono vino, altri zuccaro: altri ne fanno pastici, ò
 rte con aromati, e lardo di porco: Si deuono la-
 ciar prima vn giorno morte, acciò siano più fria-
 ili, come vuole Simeon Sethi, e Galeno ancora nel Galeno.
 ibro de attenuante victus ratione. Perdices
 cro, ac turtures nec durissimas habent carnes;
 nec concoctu difficiles, nec prauo succo refer-
 tas, sed ipsarum durities, si mortue vno die as-
 cruentur facile vincitur, fiuntque omnium
 riabiles, atque inculpatæ. Alimentum autem
 dant corpori laudabile, sanguinemque mini-
 nè viscidum generant, & crassi, ac tenuis me-
 dium; proinde quibus salubris cibus curæ est,
 eos vt arbitror, vti his conuenit, si lodono state
 alquanto alla serena, ò al giello nell'inuerno. Quel- *Perdice stata*
 e poi, che stanno troppo morte, che si corrompo- *troppo morta.*
 no con i vermi, sono di pessimo nutrimento. Della
 polpa di perdice, & starna, & fagiano, capone

Virtù.

se ne fanno varie viuande, per amalati, e distilli-
ti, & estratti, giouano per restaurar le forze
l'infermi, e conualescenti, per esser la loro carne
perata. Questa si da gl'hettici, consumati, & i-
fici, & è ancora d'ottimo nutrimento, per quei
non pono vsar il coito, & vsandola i sani gli rene
incolpato lo stomaco da ogni corruttione, & leu-
la causa dell'analepsia, genera ottimo sangue: e fa-
no buon colore le vecchie, per esser più fredde, e se-
che, astringono il loro nutrimento, e alquanto res-
lubile. Il profumo delle piume poste sù le braggi-
è gioueuole alla prefocazione della matrice, che
chiama specie di catalepsia, & ad altre simili pa-
sioni, che sogliono venir alla matrice, come si veu-
per esperienza: la poluer delle loro piume abbru-
giate ristagna lo flusso di sangue.

Qualità.

Essendo la perdice, come vogliono Rhases, e Aue-
rhoë fredda, e secca, massime la vecchia; perciò
lodano i perdigoni piccioli, quali per la tenera età
sono più humettanti, e lodati alle tauole de Prenci-
pi, e come dice il Scaligero.

Iam fumat hædus, musteusque, pinguisque.
Matrisq; proles iusta cura perdicis.

Perdice biāca

La perdice nostra bianca dell' Alpi detta Gale-
bre, qual vuol Vlissee Aldrouando, che sia il Lago-
pos di Plinio, poiche nel libro 10. cap. 38. dice La-
gopus Alpium peculiarijs est, della qual il Scali-
gero dice esserne in copia ne' monti Pirreni, e se-
ben Plinio dica, ch'è di sapor esquisitissimo, nulla-
dimeno non se ne fa à noi gran conto, e l'istesso Sca-
ligero dice, che i Norici dicono, che la loro carne è
saluberrima, e che l'uso d'esse roboran grandamen-
te il calor naturale: la carne di questa perdice pre-
sto si

si corrompe, & è animal, che presto si dome-
a.

La perdice Greca del Bellonio, per non esserne à *Perdice Gre-*
ca, non ne faremo alcuna menzione, ne tampoco
la perdice Damascena, scritta dal Aldrouando
lib. 13. cap. 20. Come ancora dell'altra chiamata
gopus altera, ò *Perdix Damascena Bel-*
nij.

L'oua delle perdici erano tenute in gran conto da
liogabalo, e sono d' *Auicena* nel libro de viri- *Oua de perdi-*
is cordis, tanto celebrati per corroborar il cuore, *ci*.
dice, che sono di complession temperata, e che ve-
cemente si conuertono in sangue, fanno poco
cremento, e il sangue sottile conforme à quello, che
trifce il cuore: fanno le donne feconde, e generan
oia di latte.

La Gelinota è ancor vna specie di perdice, chie. *Galinota*.
ata dall' Aldrouando Gallina *Corylorum*, per habi-
ne' Corili, ò siano nociuole, & alcuni le doman-
no *perdix Alpina*, ò *perdris* di montagna, come
Lorena, e Borgogna: à noi si portano di Sauoia, e
no tenuto in conto alle tauole di S. A. e à Parigi
slimano molto, e le portano iui dalla selua Hir-
nia; sono più picciole d'vna gallina, di color, e
tezza della perdice, hanno le gambe coperte di
lanugine, e stanno ne' monti, e boschi; per fug-
l'insidie de animali rapaci, e si portano in lötani
esi con sue piume, purgate dalle feccie, e sala-
di gusto vince le starne, e perdici, di qualità à
ro eguale, e si acconciano nell'istessa maniera: so-
questa per sua rarità fredda si riporta alle tauo-
de Prencipi. Si sono pensati alcuni, che questi
animali vecchi facciano oua, da quali ne nascano

il Basilisco seluaggio di Nicandro, vedi l'Aldroua
do. lib. 13. c. 11.

DEL PISANELLI.

Elenione. Che si agiouane, e maschio, quali sono
Pernigoni, s'è possibile; che si ingrass
in casa.

Giuuamenti. Genera sottil nutrimento, presto si digeri
sce, ingrassa, dissecca l'humidità dello stomaco
gioua molto alli conualescenti.

Nocumenti. Le Pernici giouani non nucono se non
gente rustica, mà le vecchie sono di durissim
carne, e di cattiuo sapore.

Rimedio. Non si mangiano, se non quando sono gio
uinette, e le vecchie per lungo tempo si fac
cino venir frolle all'aria della notte.

Gradi. E calda nel primo grado, e secca nel se
condo.

**Tempi, Età,
CompleSSIONI.** Purche siano giouine, sono buone in ogni
tempo per tutti, mà ricercano il tempo fred
do.

HISTORIE NATVRALE.

LA Pernice viue sedeci anni di vita, mà non è
buona se non quando è assai giouine, perche
quando inuechia, si fa dura, e perde il buon sa
pore: la sua carne è ottima, e lodata più della Gal
lina, conserisce allo stomaco, & a' conualescenti,
che vogliono ingrassare. Accresce il coito, e perche
declina alla siccità, nuoce a' melanconici, & restrin
ge il corpo: si mangia lessa, & arrostita, che in ogni
modo

REGOLE DELLA SANITA. 231

do è buona, e non lascia far corruttione nello stomaco. Mangiata con lo aceto sana il flusso. La starna è dell'istessa natura, virtù, e qualità, generata molto, & ottimo sangue, che penetra presto. E la Pernice consecrata à Giove, & à Latona. In Pagonia hanno le pernici due cuori. Sono tanto lussuose, che stando incontro à i maschi, s'impregnano a vento, che spira da quella banda. Le pernici si curano co'l Lauro.

La Pernice à della medesima natura del fagiano, ma non tanto buona. Il brodo della pernice gioua alla debolezza dello stomaco, & del fegato. E' buona per le prese da donne, che son vicine al parto, l'aiutano à partorire.

La carne del fagiano, se ben che Auerroé BENZO. piglia, che sia la miglior carne, di tutti gl'al-Fagiano. uccelli, nientedimeno in bontà, è mezzata tra la starna, & la gallina.

Fagiano, ò sia Fasana è così domandato dal suo BERTAL-Phasis, nel paese Colchide, qual secondo Hipodote nel 3. delocisaere, & aquis, è paludoso, & umido, oue v'è ne sono in gran quantità, come ancora dice il Quercetano in Fràcia, vicino à vn suo-Quercetano. è domandato la Carante, qual è sempre coperto d'acque, e si sono pensati molti, che fossero gli Argonauti che nauigorono in Colcho, che fossero i primi, che li portassero in Grecia; perciò Martiale Martiale. così scrive.

Argoa primùm sum transportata carina.

Ante mihi notum nil nisi phasis erat.

E in vn'altro luogo.

Et impiorum phasiana colchorum.

Paulo Veneriano nelle sue nauigationi dice, che Paolo Veneto

T 4

nella

nella region Ergimul, & Cerguth sono tanto grandi ch'hanno la coda longa, che supera 18. palmi:

Bellonio.

Bellonio ne fa due specie, come fa delle perdici noi ancora ne facciamo molte differenze. Il primo è il fagiano di pianura, chiamato il gentile, & il maschio è tanto bello, ch'ebbe ben ragione di dirsi

Gilberto Longlio.

Gilberto Longlio, come riferisce l'Aldrouando nel lib. 13. cap. 5. che non cede di beltà al pavone, e nel Piemonte v'è ne tanta copia, che doue è bandita la caccia da S. A. se ne vedono per tutte le campagne, & alcuni ne hanno fatto schiuder le loro oua alle galline domestiche, come hò veduto in casa di d'vn cittadino e dell'anno 1599. p. la peste che molti habitauano alla campagna, veniuano in Polonghera à passersi

Aldrouando.

con le galline, e l'Aldrouando ne insegna ancora, come da vn maschio si possa propagar sua specie, con le galline domestiche; perciò si sono pensati molti che altro non fosse il fagiano, che la gallina seluatica per confarsi assai con essa. Copiosi vengono nella campagna di Torino, e nel palcho di S. A. Serenissima, e par à ponto, che iui siano domestiche, e chi ne amazza senza licenza del Prencipe, non se gli perdona la Galera, per qualch'anni. Tanto è tenuto in prezzo questo uccello, che Federico Duca di Sassonia ne comperò 200. viui, e li lasciò per le campagne, & hanno propagato assai: Olao Magno dice, che in certi luoghi di Scandinauia se ne ritrouano molti, e con gran marauiglia dice, che viuono sotto la neue molto tempo senza cibo, in molti luoghi gl'ingrassano come i caponi, come ancor ne insegna Palladio.

Fagiano.

Il fagiano hà la carne molto saporita, che di gran lunga, massime il grosso, come vuol il Quercetano

vince

vince la Gelinota, e Pietro d' Abano dice, che il lo *Conciliatore*
 ro cibo è molto uile per preseruarla sanuà, come
 ancor per mantenere le forze, e lo preferisce à tut-
 ti gl'altri uccelli, e dice che il suo temperamento è
 prossimo à quello della gallina; mà vn poco più es-
 siccante, per star più all'aria aperta, & per il loro
 vitto, & essercitio; dopoi dice, che vano appresso à
 questo la perdice, e la starna, il contrario fa Isaac Isaac;
 nelle sue diete, come già habbiamo detto: sono di
 parer ancora molti, che il fagiano nutrisca più del-
 la perdice; mà che non restori, è corrobori le parti
 languide, come fa essa. *Uliße Aldrouando* lo pre- *Aldrouando*
 ferisce ancora à tutti gl'altri, massime nel sapore,
 e perciò vien abbracciato dallo stomaco, e si con-
 uerte quasi tutto in alimento, facendo poco escre-
 mento, e questo lo proua ancora, che il maschio sem-
 pre è buono, e il gallo se non vien castrato resta ni-
 troso, e di più bisogna ingrassarlo; *Filosttrato* loda li *Filosttrato*
 angelli fasidi nelle delirie, e per esser pretioso cibo da
 alcuni non per altro vien biasmato, come da Plinio,
 Clemente, Alessandrino, da Heronymo Saluiano, *Saluiano*
 dal Martiale, e Giouenale: Seuero Imperatore l'v-
 saua solo nelle maggiori feste, come ancor fa S. A.
 di Sauoia ne' regali de grandi: Heliogaballo per grã-
 dezza ne passea gli animali brutti; Pertinace al
 contrario non lo mangiua mai in priuato, meno lo
 presentaua ad alcuno, come ancora il Rè Tolomeo,
 mai volse gustarne, come cosa pretiosa, e si gloria-
 ua di conseruarlo: *Atheneo* scrine per gran conuito *Atheneo*
 vno, nel qual ogn'vno hauea inanti se vn d'essi. Il
 Petrarca dice, che sarebbe meglio, che fossero sem-
 pre stati rinchiusi in Colco, che esser uollati à noi
 per corromper il nostro Mondo, con i loro blandi-
 menti.

menti. Ancora resta più saporito, come sono tutti gl' altri uccelli, quel che stato tuolto da gl' animali di rapina, si lascia l' inuerno tre giorni morto apeso per i piedi, e l' estate due. Si acconciano, come le perdici, e paueri, se ne fanno consumati, palticij, e condimenti; per quei ch' hanno bisogno di gran nutrimento: Gionua contro ogni veneno: L' oua loro sono più celebrate dell' altre, come vuol Galeno nel terzo de aliment. mà Auicena dice, che tengono il secondo luogo appresso à quelli della gallina.

Galeno.

Fagiano.

Il fagiano grande di montagna, chiamato dall' Aldrouando Vrogallum, & Tetrax, e gallo seluatico, da Italiani, e da Sauoiardi Coc du Bois, e dalli Alpi fasanelle, e il Scaligero dalli Pirenei paueri seluagij, come i Torini, e Alpini, fagiani seluagij, e i Francesi fasan Bruant, e v' è ne sono nell' Alpi Cottie.

Et phasianus lucidæ noctæ: namque.

Versicolor ultra terminos trahit caudam,

Ast ater alter vropygio curto.

Segusianis montibus frequens præda.

Transferre prudens pedibus oua deprensæ.

Haud phasianus iure dicitur vulgo.

Quare Bruantis Francus addidit nomen.

Est Tetrao, sed nominatus antiquis.

Ne de pingue due l' Aldrouando nel lib. 13. cap. 5. vengono nell' altissimi monti dell' Alpi, & nel paese de Grisoni, e in Saouia ancora di peso talhor di 26. e più libre. Questo hà il sapor e qualità del fagiano, e Suetonio dice che il sceleratissimo Caligula se lo facea sacrificare à esso nel suo proprio tempio, e cibo raro, e da Prencipe. Scrive vna cosa ridicolosa l' Encelio di questi animali, qual dice che

Fauola.

v'è

R EGOLE DELLA SANITA. 235

v'è ne sono in copia nella Marchia antica di Germania, e che nel mese di Marzo, il maschio gietta per bocca la sperma, & poi domanda le femine (come fa il gallo, quando chiama le galline) le quali lo cogliono con la bocca, e poi vengono calcate dal maschio con esse giocando; e se à caso bisogna, che fuggano via, lasciando sopra terra lo sperma, e venendoli sopra acqua di piovra, ò rugiada, qual faccia putrefar la materia, si trasmuta in vermi, e serpenti, domandati da essi *Urbans Schlangen*, & *Birg-schlangen*, cioè serpenti del Vrogallo, e di montagna, e di questi v'è ne sono in quantità nella selua di Tangera fiume, e se à caso non si corrompi per virtù del Sole si congella in vna vesicca translucida, e candidissima, e quasi douenta pietra, & si fa gioia; qual vien tolta da cacciatori, e pastori, qual dicono, che gioua alle donne sterili, incita gl'apetiti venerei, e di hauer prole: & è simile alle faterze di perle, e di tutto ciò se ne ride l' Aldrouando.

il terzo poi sono gli vrogalli piccioli, che sono *vrogalli*, i fagian negri piccioli di montagna, più grossi de' buoni fagian, e stanno nel mezzo delle selue, & nella Norueggia stanno sotto la neue due, ò tre mesi senza cibo, sono di sapor, e qualità simili à gli altri.

il quarto, e il Grigallo maggior, e il minore il Grigallo, maggior vien nelle radici dell' Alpi Apenine, come dice il Poëta Nemesiano.

Hic propè pentinum radices Apennini.

Nidificat, patulis quam se Sol obijcit agris.

Si chiama ancora da quei vicini alla Clarona Grigelhan & è delicatissimo cibo: La minor è assai picciola, e viene ancor in detti luoghi, e la chiamano *Sphilohan*,

Sphiloban, ò *Spilhan*: simile alla natura de' fagiani sono questi uccelli.

Starda,

La *starda*, ò *sia tarda* così chiamata, come vuol *Isidoro Hispalense* dal suo tardo moto nel volare, viene nell' *Alpi*, e ne' paesi Settentrionali, qual di raro, e passeggera si ritroua in *Piemonte*, nel tempo delle gran piogge; perciò di raro si mangia. *Galeno* vuole, che habbia la carne di natura trà la *grua*, & l'*ocha*, cioè manco dura della *grua*, & più di quella dell'*ocha*; perciò è nocua à chi vsa il vito parco. *Plinio* nel lib. 10. cap. 20. la biasma, perche dice che la medolla cauata da suoi ossi da vn' odor col tempo fastidioso. La biasma ancor *Arist.* nell' *Istor. anim. c. 8.* *Atheneo* dice, che la sua carne è soaua. *Otidum carnes suaves*, & *Demetrius Constantinopolitanus accipitribus escas præscribens* (quibus nisi lautas epulas concedit) *mergorū*, & *otidis carnes ad saturitatem, vsque præbendas consulit*, quia scilicet suauissimas.

Il *Bellonio* dice ancora, che hà la carne delicata molto, & ne i conuitti esser preferta all'altre: *Giulio Alessandrino* dice hauerla spesso gustata di gusto, come gl'altri grandi uccelli, che si mangiano dura di colore negro; perciò giudica, che sia difficil al digerirla, redundante d'escrementi, e atta generar humor melancolico, valentemente nutrisce, quando ben si digerisce, e bisogna lasciarla alquanto morta, come gl'altri uccelli. *Hipocrate* disse, che se ne debbano astener quelli, che patiscono di mal caduco.

Non cede ancor di bontà al fagiano l'*anedra cãpestre*, detta da Francesi *canne petiere*, come dice il *Bellonio*: mà noi non l'habbiamo.

V'è ancora l'uccello *stella*; L'oedichnemo del *Bellonio*,

REGOLE DELLA SANITA. 237

lonio . Il Charadrios , l'Harpens del Delfinato, el
Charadrios dell'Aldrouando , i quali sono vari, e po-
co cognosciuti .

PISANEL

Che sia grasso, preso in caccia, d'inuerno.

LI.

Conferisce à gli Hetici , rittora i conuale-
scenti, da ottimo nutrimento , e racconcia lo
stomaco guasto.

Electione.

Giuuamenti.

Non si scriue del Fagiano altro nocumen-
to, se non che fà venire l'asma alle genti rusti-
che, che ne mangiano più ch'altri.

Nocumenti.

Che questi tali se n'astenghino , elo la-
scino per le persone nobili, e delicate.

Rimedio.

E temperato in tutte le qualità.

Gradi.

Questo è buono nei tempi dell'Autunno,
& dell'Inuerno, per tutte le età, & complex-
sioni.

Tempi, Età,

Complexsioni.

La carne del fagiano nel nutrire , e nello smal-
tirsi presto, e pari à quella della Gallina , mà al gu-
sto è molto più soave , e di complessione mezzana
trà il Capone e la Pernice I macilenti, & estenuati
con questo cibo subito si rifanno , perche è più lo-
dato di tutti gli altri volatili per la sanità, e per
la forza che dà: & è preferito anco alle Galline,
delle quali è alquanto più secco per l'aria, per il nu-
trimento, e per l'essercitio maggiore, che fà . Hà
virtù di fortificare la digestina, e di render subito
le forze à quei che sono fatti deboli . Il fagiano è
stato così nominato da Fase fiume di Colchi. Da vol-
gari è detto fasano; perche fà sano l'huomo . E in-
festato da pedocchi , contra quali hà per rimedio il
riuoltarsi nella poluere.

Il fagiano, per esser temperato, genera vn san-
gue, che non è ne sottil, ne grosso, mà temperatis-
simo,

simo, & perciò gioua molto à coloro, che sono macilenti, & riaotti all'hettica, & in somma è il miglior cibo, che si possi mangiare.

BENZO.

Galli.

La carne de' galli, è più lodata quella di quel che non hà ancor cantato, & v'sato il coito: & delle galline, e miglior quella, che ancor non hà fatto l'oua, & ancor è migliore quella che è cotta arrosto, nel ventre del capretto: alcuni sono de' gl'antichi auctori, che lodano più li caponi, di tutte l'altre carni volatili. La carne de' polli augmenta il ceruello, & l'intelletto, & il pollo maschio è miglior della femella: la carne della gallina conforta il petto, ritiene il flusso del sangue, & del naso: chiarifica la voce, & ingrassa il corpo: il brodo del gallo vecchio è solutiuo, & beuuto conferisce al dolor del ventre.

BERTAL-
DO.

Il nome di gallina in Piemonte, & in Francia si contiene sotto questo nome generico volatiglia, come anco polastri, caponi grandi, & piccioli, & simili: l'uso di queste carni è familiarissimo, tanto à sani, come à infermi. Queste carni, (come afferma

Auerroë.

Auerroë nel suo colliget) sono temperate, & sane, genera lodabil sangue, & corroboran le forze.

Galline, quan-
do sono buone.

Queste si mangiano bollite, arrostate, incrostate in molti altri modi acconcie. Le galline sono più lodate nel tempo, che non ouano, & ciò nel mese di Febbraro: sono di cattiuo nutrimento, quando couano, & ch'hanno i piccioli pollicini: nella Primavera sono buoni i piccioli polastri, quando cominciano hauer le piume, & gli polli maschi, quando cominciano à volare nel tempo di Pascha. Quando cominciano à cantare, e v'sar il coito cominciano à perder

Polastri.

dell'hu-

REGOLE DELLA SANITA. 239

dell'humido naturale ; perciò le picciole femine, che non ouano sono stimate più fredde , e perciò più utili à febricitanti . I pollastri dell'estade, chiamati da Francesi *Estoudeaus* nel mese d' Agosto, & Settembre arrostiti, & mangiati con l'agresta, ò vero co'l zuccaro, & aceto rosato sono sani . Utili sono ancora bolliti, aggiogendoui nel brodo de rossi d'oua, & vn poco d'aceto, come ancora per gl'infermi febricitanti, aggiogendoui mentre, che si cuoceno, foglie d'acetosa, borragine, bugulosa, endiuia, cicorea, & fiori cordiali, & così i Francesi lo compongono ordinariamente à suoi amalati . I caponi, Caponi. ò siano galli castrati poi sono buoni per tutto l'anno vsitatissimi da Prencipi, & si lodano per i più sani, quei che s'ingrassano al pagliaro, & in libertà, per l'essercitio che fanno, & non sono così escrementosi, come quei ingrassati nelle caponare, & che mangiano diuersi à de cibi: i più celebrati, in Piemonte sono quelli di Vercelli; mà sono di difficile digestione, per la troppa grassa; perciò questi si deuono mangiar rostiti: i troppo vecchi hanno quasi la natura del gallo vecchio; perciò non sono troppo lodati, & tali si deuono per la loro durezza tener vna notte sepolti in terra, ò sotto al lettame, acciò douentino più friabili . Ingrassano i corpi, leniscono il petto, fanno la voce sonora, sono temperati, augmentano il coito: Isaac dice, che generan buon sangue: se ne fa acqua stillata per gl'infermi deboli . Della carne di capone, se ne fa consumati, con le conserue cordiali, per gl'infermi, restauratini, & gelladine, aggiogendoui, i piedi di vitello, & nutriscono bene, & si digeriscono facilmente . Il gallo poi non Gallo. s'vsa troppo, per vso de' cibi, eccetto i loro testicoli, che

che sono buoni à gli consumati, & augmentano
 coïto, & vsano il gallo ancora gli cuoghi di S.
 di Sauoia, per le gelladine: il vecchio cuocendolo
 con melissa, bugulosa, lupuli, cappari, e fena, e
 vn poco di mana, è celebre solutiuo, per i mela-
 colici, & per chi hà mormori ne gli Hipocondrij: co-
 me ancora co'l Dauco, anisi, carui, origano, thimo, e
 copia di semi di carthamo, & turbith, per gl' anti-
 chi doloricollici, & histerici da frigidità causati, e m-
 giassi le loro creste cotte nel brodo, ò rostite aggiogēde
 ui pepe, e sugo d'arantij, alcuni vogliono, che siano a
 poco nutrimento. Galeno non le loda, e non le virtu-
 pera, e Mesalina le condina con le palme de' pie-
 d'ocha, & le rostina con entro i piatti. Hellogabal-
 magiana le creste de' gallinacci vivi, gli calcagni de
 camelli, e le lingue de' panoni, e rosignuoli. Ma-
 acuiscono le loro ceruelle l'intelletto, e si mangian-
 co'l sale, è pepe per corregger la superflua humidità
 Pertinacei mandaua à suoi amici il dorso, ò siano
 lombi, per la bontà della pelle.

*Stomaco de
 gallina.*

Le pellicule, che sono dentro al stomaco de tutte
 sorti di galline, & specialmente del gallo, lauate
 nel vino, & seccate al Sole, & poluerizzate, sono
 remedio potentissimo, per confortar lo stomaco, &
 per scacciar le renelle, come ancor per lo profluuio
 dell'orina, & per la passion Diabetes. Dicono, che
 l'vso continuo delle teste delle galline, induce cecità.

*Danno della
 testa della gal-
 lina.*

*Poluer da con-
 fortar lo sto-
 maco.*

Per confortar lo stomaco, prendi poluer di sto-
 maco di gallina vnc. j. noce moscata, Macis, garof-
 fani, pepe negro, e longo di ciascun drac. j. origano
 drac. ij. anisi, coriandri preparati di ciascun drac. iij.
 sale gemmeo vnc. iij. facciasi ogni cosa poluere, &
 se ne da drac j. co'l brodo inanti pasto, & indi si fac-
 cia

REGOLE DELLA SANITA. 241

ia esercizio, ò vero si mangia al luogo del sale, con
viuande, aggiugnendouì maggior quantità di
ale.

Del resto poi delle galline, così scrive Galeno
e libro de attenuante victus ratione. At galli-
arum corporum esum, si quis exerceatur non
eto: & potissimum carum, quæ in montibus
nutritæ fuerint. Qui verò non exercetur, man-
lenda ei erunt modicè, non modo galline, sed
ollumbe etiam, ac turtures. E commune opinion
el volgo, che i cibi di gran nutrimento non siano
troppo utili, per quelli che sono offesi da gotte, ca-
arri, & altri simili mali: per non poter esercitar-
troppo, & il simil per chi fa vita cedenta-
ia.

Galeno del-
l'uso della gal-
lina.

Che sia giouine, grasso, ben pasciuto, & alle-
ato alla campagna aperta.

PISANEL
LI.
Electione.

Dà al corpo humano nutrimento migliore
li tutti gl'altri cibi, fa buon ceruello, e man-
tengono eguali tutti gli humori.

Gionamenti.

Nuoce alle persone otiose il mangiarne mol-
to, per la gran copia di sangue, che genera.

Nocumenti.

Auezzarsi à mangiarne poco, ouero ad esser-
itarfi molto più del solito.

Gradi.

E temperato in tutte le qualità.

Tempi, Età,

E buono in tutti i tempi, à tutte l'età, & à
tutte le complessioni.

Complexioni.

S'è nominato solamente il cappone, per essere il
più eccellente nella sua specie. La gallina genera
sangue perfetto ancora essa, come fanno similmen-
te i polli, i quali si deueno mangiare, quando incom-
inciano à cantare, e le femine auanti, che fac-
ciano l'oua. Il loro ceruello accresce il ceruello hu-

2

mano

mano, & tutti questi sono di presta digestion, confortano l'appetito, e sono conuenienti à tutte le nature: mà bisogna, che siano di mediocre grassezza: il suo brodo temprà le complessioni, & agguaglia gli humori, e gioua alla vista, e fortifica il calore naturale, mà che non siano troppo vecchi. Vn' dieci anni auanti la terza guerra di Cartagine, per la legge di Gaio Fannio Consule fù interdetto, che nelle cene non si ponesse altro volatile, che vna gallina allevata alla campagna. Questo nome di cappone pare che voglia dire quà pone.

Si suol fare vn destillato per quelli infermi, che sono ridotti in tanta debolezza, che à pena possono sostenersi, come scriue Andrea Lacuna nel libro della peste, per il qual fare, si piglia vn cappone netto dalle interiori riempito di poluere di sandali di seme di cedro, con vn pugno di borage, di bugolosa, & due oncie di conserua di borage, di rose, di viole, & di bugolosa, & posto in vn vaso di vetro al bagno di Maria, & se ne dà due, ò tre oncie per volta. Vn gentil'huomo si liberò da' dolori colici, con bere quattro oncie di brodo grasso di cappone.

BERTAL- cotto nell'acqua senza sale.

DO.

Il gallo d'India, ò Gallopanone fù portato dal Gallo d'India. di Numidia d'Affrica à noi, & era cibo tenuto in grã conto appresso gli antichi, come recita Plinio de quelli che non sono contenti del viuer semplice: mà che vogliono le tauole piene di viuande, che ricercauano vccelli oltre il fiume Faside, & gli chiamauano da Numidia, e Martiale dicendo d'Annibale così scriue.

Ansere Romano quamuis satur Annibal esset,
Ipse suas nunquam Barbarus edit aues.

Si

REGOLE DELLA SANITA. 243

Si acconcia come il pavone, e si mette à bollir ancora, lasciandolo alquanto prima morto, e sua carne è viuanda da Prencipe, e nutrisce molto, quando en si digerisse, e ottimo cibo, dellicato, & hà suassimo sapore, & è di lodabil nutrimento: si digerisse facilmente, non graua lo stomaco, fa ottimo ingue, genera copia di seme, & il Quercetano vuole, che superi in bontà tutte l'altre viuande. Si ueda quel d'un anno: nell'estate. Si mettono ancora loro polli arrostiti sù le tauole. Si mangiano rostiti, ò bolliti, come i caponi: i maschi sono più celebrati, che le femine.

La gallina di Guinea, e molto dellicata al gusto, & è del temperamento della gallina; ma vn poco più seccante.

Tutte le galline seluatiche sono di cattiuo, e pessimo odore; perciò sono giudicate di mal nutrimento, come sono ancora quelle dell'Isola Capraria, che v'è ne sono in molta quantità di natura d'uccelli acquatici. Il gallo Pallustre di Scotia, chiama. Mvrrycok; ma è dellicato al gusto, e tenuto in conto: si ritroua ancor in Scotia, come dice il Boëtho vn gallo seluaggio, qual si nutrisse di ponte d'erica, chiamato è il maschio Aneblack Cock, e la femina

PISANEL
LI.

negreyhen, e da gl'Inglesi Morbēna, ò Hethcok. Che sia giouane, & ingrassato alla campagna, morto d'inuerno, e fatto frollo all'aria della notte.

Electione.

Dà copioso, & ottimo nutrimento, restaua i deboli, e conualescenti, accresce lo sperma, & incita il coito.

Gionam.

Nuoce à chi non essercita il corpo, e co'l tempo fa venir le podagre, ò altra sorte di catarri.

Nocumena.

Q 2

Man-

244 REGOLE DELLA SANITA.

Rimedio.

Mangiato in poca quantità, non molto spisso, & ben cotto arrosto con spetie.

E caldo, & humido nel secondo grado.

Gradi.

Tempi, Età,

Complexioni.

E buono in ogni tempo, conferisce ad ogni età, & complessione, eccetto che à i decapiti.

Il gallo, la gallina, & i polli d'India, per essere dell'istessa spetie, sono ancora della medesima natura, e particolarmente i polli di molta tenerezza sono commendati. Furono questi uccelli condotti in Numidia, e non d'India, e sono stati gli ultimi ad essere posti nell'uso delle mense, per cibi di esquisitezza, e delicato gusto da' golosi: si come anco sono stati gli ultimi ad essere conosciuti, e riposti per terza spetie di galline. Sono detti da' Greci Meelagrides: perche fingono i Poëti, che le sorelle Meelagro fossero conuertite in questi animali.

Il gallo d'India chiama il Cardano pauone d'India; perciocche (dice) che fa la ruota, come il pauone, & si diletta d'essere risguardato, benchè non sia così bello come il nostro pauone, è egli però bello circa il capo, ou'ha vna pelle, che muta secondo sua volontà, essendo hor rossa, & hor cerulea secondo, che gl'è allegro, o corruciato.

BERTAL-

DO.

Pauone.

E tanta, e tale la cupidigia de golosi, che se beua la carne del pauone, come dice Gal. nel terzo de aliment. sia dura, e fibrosa, e difficile à digerire nientedimeno per esser animal raro, e carissimo, grandemente desiderato da golosi, e lussuriosi, e per mostrar splendidezza alle loro mense, vogliono indebitamente preferirlo à gli capponi, & altri galinacei; perciò hebbe ben ragion di dolersi il Matiale, quando disse.

Mi-

REGOLE DELLA SANITA. 245

Miraris quoties gemmantès explicat alas. *Martiale.*

Et potes hanc seu tradere dure coco?

Seneca ancora lo celebrava nel lib. 1. sat. 2. e Cicerone si vantava co'l suo Petone, che haueua mandato del pavone, come più nobile del colombo, il Mercetano dice che ha la carne delicatissima, e di tanto sapore, ò che non cede al coco: Mà pur Ovidio nel 6. de suoi fasti dice, che i Romani non ne faceuano conto, eccetto delle loro piume, e dicono che Aufidio goloso fù il primo institutore d'ingrassare i pavoni, & n'ebbe vn sestertio di reddito, e Plinio dice che il primo, che lo amazzasse in Roma alle cene aditali, ò sia Pontificali, fù Horatio il satirico, e Atheneo dice, che fù condannato ne' tribunui da gl' antichi.

Circa le qualità Galeno lo compara alle galline: *Qualità.*

È più duro, e fibroso: alcuni lo fanno di temperamento caldo e humido; mà che questo che dice Galeno si deue più tosto attribuir alla durezza della carne: il Cardano, e Vlisso Aldrouando nel lib.

3. cap. 1. dicono ch'è freddo, e secco, atteso che la carne si conserva longo tempo senza corròpersi, genera sangue melancolico. Il pavone si mangia arrostito, mettendoui dentro al petto garoffani, e pepe, e herbe odorifere, come salvia: mà si deue esser alquanti giorni, come vuol Eluchasem, e appresso, come vuol Haliabbate nell'estate vn giorno, come vuol Isacch, e nell'inuerno 3. Il Sauonarola 10.

Aldrouando dice, che bisogna scanarlo, e poi attaccarli a' piedi delle pietre, e lassarlo appeso nell'estate. 2. nell'inuerno. 4. acciò si rilassino le loro fibre, e che sia di più facile digestione: 1 piccioli si mangiano l'Autunno, e i grandi l'inuerno: non è

Q 3

sano

sano alli otiosi, nuoce al fegato, e milza, e à quel
che patiscono hemorroidi, loro oua se ben siano gu
stevoli, sono però nemici alla natura humana. Ras
loda tener in casa i pauoni, e la mostella; perch
questa con la caccia scaccia gl'animali venenosi,
Virtù del sterco. l'altro co'l suo crido. Il suo sterco poluerizato da
to al peso d'vna drama, guarisce la vertigine. V
ne sono ancora de pauoni bianchi al palcho di S. A.
Serenissima di Sauoia: nel Giappone sono different
da' nostri.

PISANEL

LI.

*Elettione.**Giuuamenti.**Nocumienti.**Rimedio.**Gradi.**Tempi, Età,**Complezioni.*

Che sia giouane assai, & alleuato in luogo
di buon'aria, e che sia molto ben frolo.

Nutrisce assai, & è cibo proportionato à
quei c'hanno lo stomaco caldo, e che faticano
molto.

E di dura digestione, genera sangue melan
conico, e nuoce à chi viue in continuo otio.

Facendosi dopò ch'è morto, stare quindeci
giorni appeso per il collo, con vn gran peso à
i piedi all'aria freddissima.

E caldo nel secondo grado, e secco nel
primo.

E buono ne' tempi freddi per quelli, che
hanno lo stomaco caldo, & che s'affaticano
assai.

Il pauone è di difficil digestione, e però longamen
te la sua carne si conserua, e S. Agostino riferisce
hauer mangiato della carne del pauone, c'haueua
durato vn'anno: è la sua carne più dura, che quel
la de gl'altri augelli, e però si deuono prendere per
mangiare, che siano molto giouani, e tenerelli, e
che sia d'inverno; e che siano stati morti all'aria
per molti giorni: E il pauone di cattina comples
sione,

ne, e di tristo nutrimento, & accresce mirabilmente la malanconia, & induce tristezza all'animo. Benasi appresso di quello vino ottimo. Il pavone all'anno terzo s'ingraida, e viue venticinque anni. Mangia il suo sterco, perche l'huomo non ne sia vile, tant'è inuidioso. Alessandro Magno pose grandissima pena à chi amazzaua vn pavone. Il primo, che ponesse il pavone nelle tauole per cibo, fù Quinto Hortensio Oratore Romano, huomo dettissimo alla gola.

Vale l'imaginatione tanto nella pauona, quando in quella le sue ruoua, che mettendosegli vn lenzuolo davanti gl'occhi, farà i pavoni bianchi. Che sia il pavone di dura digestione, lo conobbe Giouenale, quando disse. Et crudum pavonem in balneo ortas.

La coturnice è pericolosa di generar spasmo; perche mangia l'heleboro herba venenosa, & che genera spasmo, alcuni antichi dicono, che il suo nutrimento, è ottimo, & generatiuo di sperma: v'è gran discordia tra scrittori latini, se la Coturnice, è quaglia siano vna cosa istessa, & così l'istesso interprete d'Auicenna nel cap. della Coturnice, scriuendo le proprietà della quaglia, dice che vsandola è dubbio, che generi spasmo; perche mangia l'heleboro, molti Auttori per la coturnice, intendono vn uccello maggiore della perdice, con le penne pincie, & è in bontà simile alla carne della perdice.

La carne della quaglia è calda, e humida; mà nel tempo della Primavera, quando torna à noi secca, melanconica, & di mal nutrimento.

Q 4

nel

BENZO.

Brodo di gal-
uecchio.

Coturnice m^a
gia l'heleboro.

Discordia se la
quaglia sia la
coturnice.

Auicenna.

nell'Autunno, quando è grassa, è di buon nutrimento, & si fa di facil digestione, aumeta il coito, & la sua materia.

BERTALDO. Chela Coturnice de Latini sia la *ōproē*, e la quaglia de' Italiani lo afferma l'Aldrouando nel lib. 13 cap. 22. La qual dice Plinio, che se ne ritorna

Coturnice. noi vn poco inanti le grue, e vola con pericolo a nauiganti, per mettersi quando è scarca sulle vele loro, e quando vuol far viaggio aspetta che il vento sia grosso, e humido per andar sene con più comodità, per esser all'hora grassa, e pesante: si piglia a noi con le reti, e il cilaolo, che fa la voce simile al maschio, o con i cani, e reti nell'Autunno, si ingrassa ancor l'inuerno co'l barauale, o sia panico seluaggio, e millio.

Sono queste biasmate da Plinio nel lib. 10. cap. 23. perche si no riscono di veneno, e perche hanno il mal caduco. Galeno nel 6. de gl' Epilemy, dicendo hauer offeruato ch' in Doride, Beotia, & Thessallia, che molti per mangiarne sono cascati in distention de' nerui; perche mangiano l'heleboro, e il Cromero nella sua cronica afferma ancora, che in Podolia si ritrouano certe coturnici, che hanno le gambe verde, e che mangiandone generan spasmo; per ilche credo del certo, che la coturnice, che dice Galeno sia differente dalla nostra; Prima perche mangiandosi tutto l'anno a noi le quaglie, come ancora nel Regno d'Apulia, quando ritornano a noi, che glomerate cascano nelle case nel porto Cereapoli, o delle quaglie, e si pigliano senza fatica, come ancora in copia se ne mangia, ne' paesi bassi, che le portano nell'Inghilterra, e mai s'offeruato, ch' habbiam fatto danno alcuno, & se le quaglie a noi mangiano l'heleboro

leboro, crederei del certo di nò; poiche habitano nelle campagne oue sono i seminati, e ben lontano nascel'heleboro; perche vien ne gli monti alti, doue non habitano: mà si ben l'ebullo, che nasce copioso su le ripe de' campi; mi questo frutto douia renderle più tosto purganti, che imprimerli altro danno, e ancor, che mangiassero l'heleboro, non lo da Dioscori le per curar l'epilepsia? Dicono poi, che gl' scacili per hauerne mangiato cascarono in varie, e graui infermità: mà che dice la scrittura? Adhuc carnes erant in dentibus, & ecce furore Domini concitatus in populum percussit eum plaga magna nimis, vocatusque est ille locus sepulchra concupiscentie, &c. Et perciò questo fù castigo d' Iddio. Quanto à Auicenna, e suoi seguaci dice, che dalla loro propria sostanza generan spasmo, e tetano, l' Aldrouando li risponde con le ragioni da noi portate: Nutriscono assai, e fanno buon sangue, come vuol l' Aldrouando: mà le grasse fanno vn sangue corrutibile, e carne nocina à febbricitanti.

In Francia le salano per vso di tutto l'anno: sono meglio cotte inuolte co' l' grasso, quando sono magre, e si lodano l' Autunnali, come dice Battista Fiera.

Sint Autūnales croceo tibi pabula lombo.
Siue cortunices, siue voces qualeas,
Sensibus hec mala sunt, tenebrisque reple-
tia fuscis.

Ventri inuisæ, malis febribus exitium.
Si tamen vlla tuos circonuolitauerit orbes,
Cœna tibi non sit, sed leue prandiolum.

Il Rè delle Quaglie chiamato Orty gometra con- *Orygometra*,
dutrice

nutrice delle quaglie, ò glottidi, cynchrami si nutrisce di seme di geneſtra, e habita nelle ripi, e da Romani, e domandata perdice ruſtica; perciò il Martiale così ſcrive.

Ruſtica ſum perdix, quid refert, ſi ſaporidē.
Gratior eſt perdix, & ſapit illa magis.

Cynchramo.

Il cynchramo vuol l'Aldrouando che ſia l'hortolano lodato dal Quercetano per il ſuo ſapore in Piemonte rarò ſi ritroua, e d'una ſpecie ſolamente, quel chiamano horiuolo: mangia i frutti del morro, e l'Aldrouando ne fa di otto ſorti, et l'ultimo è quel del Bellonio domandato teriz, che ſtā nel millio, hanno le qualità delle quaglie. In Toſcana gl'ingraſſano co'l millio cotto, molto dellicati.

*PISANE
LI.*

Electione.

Che ſia nutrita in paefi doue nō ſia l'heleboro, che ſia preſa da uccello di rapina, e che ſia graſſa, e ben frolla.

Giuuamenti.

Gioua ſolamente a' melanconici, che per eſſer molto humida temprā la loro ſiccità.

Nel reſto piace a' golofi.

Nocumenti.

Si corrompe ſubito nello ſtomaco, fa venir la febre, e genera il tremore, e lo ſpaſmo.

Rimedio.

Alcuni dicono, che con l'aceto, e co'l coriandro, ſe gli leua la malignità, & altri la biaſmano a fatto.

Gradi.

E calda nel fine del primo grado, & humida nel fine del ſecondo.

Tempi, Età,

Compleſſioni

E buona ne' tempi freddi, mā nuoce a' paralitici, & a' flemmatici.

Le quaglie ſono in opinione di tutti gli ſcrittori: che generino lo ſpaſmo: il tremore, & il male caduco, e però le biaſmano in tutto, dicendo che nucono alle compleſſioni temperate, & alle diſtemperate.

te:

REGOLE DELLA SANITA. 251

e : che sono di difficil digestion, che dispongono i corpi alla generatione della febre, & in somma dicono, che la carne loro sia peggiore di tutte l'altre. E questo dicono, che auiene; perche ella mangia l'echoro, & di quello si pasce, & anco di semi uelenosi. Onde per fuggir questo dubbio, si potrebbero illeuare nelle case, con semi buoni, & salubri. I Greci chiamano la quaglia ortix, onde l'Isola di Deo principalissima nell'Arcipelago, fù detta Ortigia, perche in quella furono ritrouate prima le quaglie. La loro guida si chiama Ortigometra. I Latini la dicono coturnix.

La quaglia cotta alessa, muoue il corpo, & gioua il dolor de' reni. Si suol far vn medicamento mirabile per gl'occhi, che patiscono macchie con il grasso di quaglia, pigliando grasso di quaglia mezz'oncia, melle vn'oncia, mirra, & coparosa di ciascuna drama, mescolando insieme, & colati si fa vn unguento, co'l quale la sera, quando si va à dormire, s'ungono gl'occhi due volte il mese.

Il ceruello della quaglia meschiato con oglio mirino, fa leuar colui, che sarà cascato dal mal caduto, ungendogli la faccia.

De colombi. Li pipponi sono caldi, & humidi superfluamente, & quelli che cominciano a volare, sono di più ligiero, & meglior nutrimento; nientedimeno li polli colombini, molto sono conuenienti alli flemmatici, & per i colerici si deuono condire, con l'agresto, o con simili cose alteranti con frigidità. Li colombi vecchi sono di dura digestion, & di nutrimento non lodeuole.

BENZO.
Colombo.

DO.

Celebratissimi sono sempre stati i colombi per

uso

uso de' cibi, e soleuano gl'amanti mandare alle loro amate, per conciliar l'amore questi doni, come scrive quel Poëta.

Colombi si m^a
danano a gl'a
manti.

Nec tibi deliciae faciles, vulgataeque tantum.
Munera contingent, damæ, lepor esq; ca-
preque.

Parque columbarum, &c.

Pegù.

Nel Pegù sono appresso d'essi, tanto tenuti in prezzo, che non ne vogliono per invidia venderne

Colombi seluati
chi.

a forestierij: li seluaticchi sono più celebrati, che i domestici: i piccioli a' vecchi: quelli primitiui sono

Aristotele.

più celebri dell' Autunnali. Arist. biasma nel 5. hist.

anim. l'estini: Alberto Magno loda ancora l' Autun-
nali, si biasmano i vecchi, e duri per la loro calidi-
tà, e siccità: I piccioli sono giudicati da Auerrhoë

Colombi pic-
cioli.

caldi, e humidi: Russo dice, che tengono il secondo

Simeon Sethi.

luogo trà l'uccelli. Simeon Sethi vuole, che generi-
no molta superfluità escrementosa, mà ciò ancora più

fanno quei, che stan sempre oziosi sotto le arche in

Elluchasem.

casa, chiamati rizzì. Elluchasem ancora dice, che

Nicolò.

facilmente si corrompono, e che generan morbi

sanguinei. Nicolò Fiorentino gli dà a conuelescenti;

Galeno.

perciò non si deuono dar a chi patisse infiammaggio-
ni, Et atti hauer febre: Simeon Sethi dice, che nuo-
ceno alla testa, Et che mangiandone assai generan

Colombi dome-
stici.

lepra, e l'Angina: e se ben Galeno lodi i polli de

essa biasma-

colombi a caldi, e secchi di natura.

Io con l'Aldrouando gli loderei più tosto a fred-
di, e flemmatici: gli colombi domestici si lodano più

presto rostiti, e i torriti cotti alessi per la loro siccità.

Rasis ne gl'afforismi, e Auezoar nel suo Theisir

biasmano la loro testa, co'l dir che facciano dolor

di testa. Cronico. Galeno nel terzo de Alim. dice che il

san-

sangue colombino non è inferior di bontà al porcino; Sangue
mà peggior del leporino.

Auicenna ancora biasma le loro oua. S. A. di Sa. Oua.
uoia li mangia piccolini, quando cominciano à
metter le piume, e li mangia co'l sugo de' limoni;
pche l'aceto gl'offende lo stomaco, che nō lo può sen-
tire incitan ancor i colōbi il coito, nō grauan lo stoma-
co, e nutriscono molto: si mangiano con cose acide,
come sono l'agresta, limoni, citroni, e similmente
con l'herbe, come la poroccacia, latuga, scariola, e
grana di coriandolo. Ne' gran caldi Battista Fiera, Fiera.
con la labrusca, e pomi agri.

Sint mihi cellares conuiuia prima columbe.

Cum patrios primum liqueris alta sinus.

Tunc calidi, humentisq; cibi est, facilisque
culinæ.

Obtusi: atque grauis antè cruoris erat.

Condiat hanc labrusca tamen, cūm syrius
ardet.

Aut repleant calidos acria poma vteros.

Per vso di medicina sono buoni à molte infermi- Giouamenti:
tà: mà trà l'altre il suo sangue caldo instillato ne infermi.
gl'occhi infiammati, leua il dolore. Il cuor così cal-
do tolto integro prohibisce l'aborto, ò sia le sconcia-
ture delle donne. Tagliato per mezzo, è così caldo
posto sopra la commissura coronale, gioua a' delli-
ranti: cotto tutto integro nel vino, e fattone clyste-
ri del decotto, gioua all'inuecciate dysenterie, &
altre passioni ventrali. Il suo fimo impiastro gio-
ua a' hydropici.

Gran copia de colombi si ritrouano in Francia, & Colōbi in Fran-
pochi grandi si ritrouano, che non habbiano i suoi cia sono copiosi
viuarij, e colombari pieni: Ne habbiamo in Pie-
monte

Saparili.

Galeno.

Palombi.

Celso, Auicenna.

Galeno.

monte de domestici, e seluaggi, i domestici detti cellares sono quelli, ch'habbitano con noi, che sono varij; Cioè cristati, e senza cresta, con piedi apiumati, e senza piuma, & altri forestieri chiaman ancora colomba Saxatilis M. Varronis quella dell colombaro poco differente dalle domestiche, e questi quādo si mescolano co'l coito, con le domestiche fanno quella sorte de colombi domandati dal detto Varrone Miscelle, e da Medici torriti, sono i medesimi, e sono giudicati migliori, come recita Galeno nel libro de attenuante victus ratione, così dicendo animalia omnia in mōtibus nata, multò ijs, quæ in locis oriuntur planis sunt præstantiora. Mandendæ etiam sunt aues ex, quæ in turribus, vineisq̃ue agunt vitam. Quærè colombar turricula domesticis sunt meliores.

Sono i palumbi quei grandi colombi detti da Francesi granramier seluaggi, viuono come vuol Plinio 40. anni, & l'altri solo otto, che sono grandi, come fagiani, e stanno ne' boschi nel Delfinato, & vengon molti insieme nelle campagne di Piemonte, e si chiamano fauarii, sono tenuti da Hipocrate ne' cibi essiccanti, & astringenti, come ancor fa Celso, & Auicenna: mà più cotti nella posca, come vuol Celso. Galeno nel secondo dell' Alimenti, nō gli biasma: mà dice c'han la carne più dura del colombo, e nel libro de attenuante victus ratione, dice palumbes præterquàm quod carnem habent columbis, perdicibus, turturibusq̃ue duriorem, etiā concoctu difficilem, excrementitiāq̃ue sortiuntur, e Psello dice anco che sono escrementosi, è M. Catone commandaua il digiuno à suoi infermi, e li concedena qualche herbe, vn poco di carne d'andri, ò

R EGOLE DELLA SANITA. 255

ra, d' di palombo. *Areteoloda il palombo torqua-* *Areteo.*
 o à quei che patiscono la cefalea, e perche si nu-
 risce de giandi; perciò si sono pensati alcuni, che
 lingua la libidine, perciò disse *Martiale.*

Inguina torquati tardant, hebetantque pa-
 lumbes.

Colombi tor-
quati.

Non edat hanc volucrē, qui cupit esse salax.

Guariscono le dysenterie, giouano nel tempo di
 peste, e quei, che patiscono dolori colici: La fabe, d'
 ia palombo minore hà l'istesse qualità. La viscagine,
 qual vien à noi nell' Autunno, nel tempo dell' vna, e
 chiamata ancora rupicola, e da Bolognesi sassarolo,
 e turricola; perche stà nell' alte torri, e Biset da *Biset.*
 Francesi, sono dell' istesse qualità, come ancora l' Al-
 buta dell' Arabi, qual Auenenna vuol, che gioui al-
 l' ostrution del fegato, & quando è infermo, e alla
 corronion del fegato.

Le linie, che sono grosse, come perdici di color gri- *Linie.*
 o, macchiato di bianco verso il colo, sono più tenere,
 e migliori de' palombi, vnde Battista Fiera così
 scrisse.

Aridior, site delectat fortè columba.

Liua, turrita, quæ tibi ab arce cadit.

Non sapiat torquata minus mihi cara pa-
 lumbes,

Si modo fert molles non diuturna dapes.

Credo, che siano i nostri garberolli, e vengono
 nell' Autunno più saporiti de' fauarij.

PISANEL
LI.

Che già incominciano à caminara, & buscarfi
 il mangiare da se: e che siano ben grassi.

Electione.

Sanano i paralitici per frigidità, accrescono il
 coito, & il calore à i deboli, purgano le reni, e
 si digeriscono presto.

Nuoco-

256 REGOLE DELLA SANITA.

Nocumensi.

Nuocono alle complessioni calde, grauano la testa, specialmente le teste loro, & infiammano il sangue.

Rimedio.

Cuocendosi stufati nel brodo grasso, con agresto, prune, visciole, ouero con aceto, e coriandoli.

Gradi.

Sono caldi, & humidi, nel secondo grado.

Tempi, Età,

Complessioni.

Sono buoni ne' tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici; perche riscaldano assai.

I piccioni seluaggi sono duri, e di tristo nutrimento. Viuono 30. anni, l'Inuerno stanno mutoli, e la Primavera cantano. Sono di due spetie, l'vna è detta vinagine; perche si pasce per il più di lambrusca: e l'altra torquata, perche pare propriamente, che habbiano al collo vna collana: onde disse Martiale. Inguina torquati tradant, habetant-que colombi. Non edat hanc auem qui cupit esse salax. Quei domestici, che sono alleuati nelle case, sono ancor esse alquanto difficili à digerire, e particolarmente generano la schiuitia, e fanno venire la febre, tanto sono caldi: mà conferiscono à i vecchi, & à i flemmatici. Quei che stanno in colombaia, e nelle torri sono più eccellenti di tutti, che presto si digeriscono, & fanno buon sangue, e ristorano mirabilmente: Mà à tutti si hanno da leuare le teste, perche fanno doglia di capo. Quei che fanno per le case, sono humidi souerchiamente, nel tempo della peste fatta per contagione; chi usa di mangiar solamente carne di piccioni, & non altra sorte di carne, viene sicuro di non prender l'infectione di quella peste. I seluaggi si purgano co'l lauro & in vecchiezza perdono le vngie. I domestici si basciano scambienolmente auanti il coito.

Piccolo-

REGOLE DELLA SANITA. 257

Piccioni danno buon nutrimento, & accrescono
nostro calor naturale, massime a' vecchi, & a' co-
ulescenti, mà vogliono esser piccoli, & che non
immincino à buscarsi il mangiar da se, come dice il
Isanelli, & vogliono esser mangiati freschi, per-
e così i morti, come i viui consumano. Vuol Auen-
ar, ch' à coloro, ch' hanno corta vista; per debolez-
de' spiriti visui, mangiandone, si fortifichi la
sta; mà vuole, che si leui il capo, poiche il ceruel-
hà proprietà di produr cecità.

La carne della tortora. Alcuni dicono, che BENZO.
carne della tortora, e perdice è di eguale Tortora.
conditione, & errano; perche il suo nutrimē-
è stitico, & mirabilmente conferisce al flus-
del ventre. Auicenna loda la carne della tor-
ra, & dice esser miglior di tutte le carni vo-
bili, & la chiama in Arabico *Duraz*, ò *Al-
raz*.

Queste cose sono vere, che nella regione
Auicenna sono migliori, che nell'Italia, co-
e referiscono ancora molti ch' iui habitano:
vero perche la tortora, per sua proprietà con-
ta il cerebro, & la virtù intellettiua, & aug-
enta il coito.

Le tortorelle negre, è biache, e le Indiane sono an- BERTAL-
ra dell'istesse qualità, che sono i colombi. Si lo- DO.
no assai da Nicolao Massa, qual le domanda ci- Tortor.
sapientum, si lodano le grosse; perche non so-
tanto efficcanti, e specialmente le coscie, vnde disse
el Poëta.

Hareus immodicis turtur de clunibus im-
plet.

Et concubino turturum nates donat.

R

Le

Le tropo grasse rilassano il contrario, fanno l'altre, perche sono utili allo stomaco, come vuol Galieno nel lib. comp. med. per loc. Giouano mangiate arrostate con agrella, ò aceto rosato alla dysenteria, alla relaxation dello stomaco, e ventre; perciò Georgio Pittorio così scrive.

Si fluxus ventrem nimiū infestauerit ingēs.

Turtur combustus terque, quaterq; iuuat.

Gio. Battista Fiera così scrive.

Nos rapit in venerem turtur, licet ipse mineruat.

Castā dicata, fugit vidua hæc cōsortia cūcta.

Perpetuò gemit, arētīq; immurmurat vlmo.

Non mādenda recēs, sistit, ventrēq; fluentē.

Comprimit, astringit, dysentericisq; medetur.

PISANEL

LI.

Elessione.

Postrem°, meliorq; cibus, stomachoq; salubris. Che siano giouani, & auanti che si mangiano, no, s'ingrassano per alcuni giorni in casa, accioche perdano vn poco di siccità.

Gionamenti.

Danno ottimo nutrimento, presto si digeriscono, fortificano lo stomaco, assottigliano l'ingegno, accrescono il coito, e sono di buon sapore.

Uocamenti.

Nuocono à i colerici, & à i melanconici, perche la loro carne hà in se molta siccità.

Rimedio.

Auanti che si mangiano, si deuono tenere in casa per alcuni giorni à cibare di cibi, che siano assai humidi.

Gradi.

Sono calde, & secche nel secondo grado.

Tempi, Età,

Complexsioni

Sono buone ne i tempi freddi per i vecchi, & per i flemmatici, mà nucono à i colerici, & a' malenconici.

Dice

REGOLE DELLA SANITA. 259

Dice Galeno, che le tortore giouane, e grasse dan-
 buon nutrimento, mà le vecchie sono di difficil
 gestione, e generano sangue melanconico, e però
 non si deuono mangiare, quando hanno passato l'an-
 no, e sempre, se ben sono giouane, si pongano due
 orni morte all'aria della notte, accioche siano più
 nere. Essendo che sono di carne più secca, che tut-
 gl'altri uccelli, e così preparate fanno vn'ottimo
 sangue, e sono di veloce digestione, & accrescono il
 sangue a quei che n'hanno bisogno: e fanno bonissi-
 mo ingegno, secondo Auerreo nel 5. de Colliget.
 La tortora si nasconde la Primavera, & perde le
 penne. Quando beue; non rimanda il capo in dietro:
 uue otto anni, e si purga con l'herba chiamata Pa-
 etaria.

La tortora gioua molto a coloro, che patiscono
 flusso di sangue, & alle donne nel partorire, man-
 andola rostita per due, o tre giorni auant' il par-
 , acconciandola in questo modo. Si pigli la torto-
 , & in essa si mettino grani di lauro, & di gi-
 pro da dodici, o tredici, con vna drama di cina-
 omo, & si vngli di grassa di gallina, & si fac-
 rostire, & del suo sterco poluerizzato si prouo-
 l'orina a coloro, che non possono orinar per il
 al d'arena, pigliandone vna drama la mattina con
 ele, & vsandolo per tre giorni continui.

La carne della passera è calda, di mal nutri-
 mento, & è difficile digestione, incita la luf-
 ria.

BENZO.
 Passera.

Diuerfità di passere si ritrouano, come depinge
 Aldrouando nel lib. 15. e molte d'esse s'vsano tal
 olta nelle viuande, le volgari si mangiano solo da
 ntadini, & le loro ceruelle sono tenute in conto

BERTAL-
 DO.
 Passera.

R 2 dalla

260 REGOLE DELLA SANITA.

dalla gente lussuriosa, per augmentar lo sperma: Delle passere ancora per questo effetto se ne fa vn buon condimento: conciandole con oui, e cipolle: il loro brodo astringe, e la carne ancora.

E dannosa à corpi temperati. Galeno nel 3. de Alim. la fa calda, e secca nel terzo grado, e dice c'ha la carne più dura della perdice, & nel lib. de bonitate succorum, dice che tien il mezzo trà i cibi attenuanti, & incrassanti, & il miglior tempo di mangiar passere è l'Autunno, e se ne fa pasticij con carne di vitella, formaggio, aromati, e zaffarano. Il passer Trogloditico condito co'l sale è mangiato crudo rompe la pietra ne' reni, e vesicca: vedi Riatel. Aëtio lib 11. cap. 11. Di simil natura, e il Riatel, Asyllo del Bellonio, il tremulo, ò motacilla, ò balarina, ò beuerina.

BENZO. **Lodola.** La carne della lodola, per sua natura, è stitica, stringe il ventre: Mà il suo brodo per la sua nitrosità, qual hà contratta nel cuocerla fa il ventre lubrico.

BERTALDO. **Lodola.** La lodola chiamata da Piemontesi caparugia, ò puta per hauer la capa in testa sono di varie specie, cioè crestate, e senza creste, sono molte delicate, e si mangiano più à Parigi, che in qual altra si voglia parte, e sono più grasse l'inuerno, che in altri tempi. Elluchasen le preferisce à tutti gl'altri ucelli seluaggi, à noi si mangiano l'Autunno, sono lodate da Rhasis nel 3. de Almans. e Galeno nel terzo de Alim. dice Alauda vsta, si edatur mirificè colicos iuuat, e massime le crestate, e Quinto Sereno.

Cum colus inuisum morbi genus intima carpit.
Mande Galeritam volucrum, quàm nomine dicunt.

Dice

REGOLE DELLA SANITA. 261

Dice ancora Rasis c'hà la carne dura, fibrosa, & hà la carne austera, che sempre spazza del sel-
aggio: gli Hebrei non la mangiano, per esser probi-
ta nel leuitico, e il Glossatore così dice vpupa,
uia in stercore moratur. Auis est lugubris, &
actum amans: quamobrem in lege prohibe-
ur: quia seculi tristitia mortem operatur: Il
aro, ò maienze de' Sauoiardi sono di varie specie, Paro.
di simil natura.

Il beccafico detto ficedula da Latini, si come an- Beccafico.
ora aludendo il Martiale disse.

Cum me ficus alat, cū pascar dulcibus vuis.

Cur potius nomen non dedit vna mihi?

È in vn' altro laogo.

Cereā, quæ patulo lucet ficedula lumbo.

Cum tibi fortè datur, si sapis, adde piper.

E Gio. Battista Fiera Poëta così dice.

Si sapit, & calida arefcit ficedula, quæris.

Cur piper? vt melius, si bibis, inde cocquas?

Si domandano à noi vvinete; perche vengono nel
tempo, che l'vna è matura, e v'è ne sono molte spe-
cie, sono di buon sugo, e di facile digestione. Il
Gelio nel 19. lib. dice che non hà offeruato cosa, che
non si possi mangiar in questo uccello: in Cypro le
condiscano co'l sale, per vso di tutto l' Anno, sono
le ficedule, come ancor tutti gl'altri vccelleti piccio-
li, che si mangiano, quando sono grassi (pur che
non facciano i loro nidi) di buon nutrimento, tra tan-
ti questi tengono il principato, l'hortolano, e il bec-
cafico, si māgiano inuolti co' lardo, aggiungoudi vn
poco di pepe, e fenocchio, e poi s' inuoltano nelle fo-
glie di vitti, e si cuoceno sotto le ceneri calde, ò ve-
ro si rostiscono co'l lardo, & irrorando e spes-

so co'l lardo caldo liquefatto. Dioscoride dice, ci accuiscono la vista, come le rondinelle.

Luscinia.

Il rosignuoli detti da Latini luscinia, si mangiano ancora à noi, quando sono ben grassi, e sono ancora gustuoli, come recita l'Aldrouando.

Il storzicolo ancora si mangia nel tempo della vendemie, & è assai salubre.

Poiana.

Trà gl'uccelli rapaci in Piemonte nell'inverno, mangiano le poiane, ò sia ponderà tanto rostita, come bollita, e Plinio disse. Dulcissimus, & boni saporis in cibo est, si assus edatur: nell'Isola Baleari sono tenute ancora in stima grande alle tavole, i suoi testicoli mangiati incitano grandemente venerare, sono simili alle galline: e Rabbi Moysè dice che la carne del sprauiere, e nottola sono di buono sapore, e Aristotile lib. 6. Arist. pulli accipitrum suaues valde, pinguesque efficiuntur, e Alberto nel lib. 23. de gl'animali. Caro accipitris dulcis, & leuis est, propter bonum nutrimentum; perciò non si daua per l'uso della sanità.

Nottola.

La carne della nottola, e de simili uccelli, come recita Rasis, è fredda, e secca, e di sostanza crassa, e non si mangia se non da gente di bassa fortuna. Si mangiano ancora tal volta da Montanari il bu bone, ò sia guuo detto da Piemontesi dus, ò dug, ò barbaiano.

Piuuier.

Nelle campagne delle Vertolle indiuse trà il Monferrato, e Piemonte, passando io più volte con l'esercito del Serenissimo Carlo Emanuel Duca di Savoia; qual passaua dell'Anno 1616. 1617. per soccorrere Crescenzio vicino al Po, e Verrua, habbiamo più volte veduto i piuuiers, ò siano pluuiers in gran quantità, i quali sono simili al ranello,

REGOLE DELLA SANITA. 263

, eccettuato però, che questo hà la cresta, & non pluuiier; perciò vuol il Gesnero nel lib. 19. de auis, che v'è ne siano di molto specie, sono questi uccelli molto desiderati ne' grandi apparati, e tenuti gran delitie, e sono assai migliori del vanello; perciò si dice per proverbio ne' pluuiiali, quidem opposita contentum fore: sono di parer molti, e mai si debbano netegiar da gl'interiori, per non mangiar cibo, che sia di soda sostanza, come ancora seruiano noi nel cuocer le becchasse, & altri simili.

Il vanello poi si domanda ancora d'alcuni plu- Vanello.
uier, augelli c'hanno la cresta, quali molti nell'inghil-
terra nutriscono ne gl'horti, p' tenerli purgati da' ver-
mi: sono di simil bontà del pluuiier, & v'è ne sono di
molte specie, & trà gl'altri il Tremulo del qual
riue Arnaldo nella scola Salernitana trà i cibi sa-
bri, è questo di color negro, grida alto, vola ve-
cemente, e quando casca in terra sempre gli tre-
ua la coda, la onde hà tolto il nome di coda tremu-
la: habita ne' luoghi maritimi: & i vani hanno
acquistato il nome da qsto uccello, per esser incostanti,
agabodi e sèpre bramā grādezze: di simil natura
sono tutte l'altre specie simili, e il Gesnero così dice: Gesnero.
Lautæ sunt in cibo, & in magnis delicijs: &
iridibus quos aliqui priuatim vanellos vocāt
longè præferuntur: sunt è vulgo, qui negant
eam cibo solido vesci, & proindè ne exenteran-
tum, quidem existimant; vt alias quasdam lau-
as, & opimas aues.

PISANEL

Che siano molto grassi, nel tempo che i fi-
li, e l'vue sono ben mature, e che siano mol-
ti in numero.

Beccafico.

Electione.

R 4

Dan:

Gionamensi. Danno ottimo nutrimento risuegliano l' appetito, massime à conualescenti, e sono cordiali.

Nocumensi. Nucono à gl'infermi, e massime à quei che hanno la febre, e fanno venire tisichi i villani per non saper come si mangiano.

Rimedio. Non si diano à questi tali, mà si seruino per i buon compagni: & sopra tutto, che sian assai.

Gradi. Sono caldi, & humidi nel primo grado.

Tempi, Età, Complezioni. Sono ottimi nel tempo, che le vue sono mature, per ogni età, e complessione: mà nuoco à gl'infermi.

I beccafichi sono nelle tauole de i Signori molto stimati, e con gran ragione, poiche sono al gusto tanto delicati, al digerir così veloci, & al nutrimento molto opportuni. Non grauan lo stomaco, se ben si mangiassero à centinaia, anzi gli danno conforto, ristoro, e forza. Similmente si vede per esperienza, che quando si mangiano assai beccafichi, tutto quel giorno si stà allegro: per ilche conchiudo, che generino spiriti vitali, e che siano molto cordiali. E finalmente generano vn'esquisito, e molto lodato sangue. I beccafichi, nel tempo dell' Autunno, si chiamano ficedule, perche mangiano i fichi; & ne gl'altri tempi sono detti Melancoriphi, perche hanno negra la cima del capo. Sumque Melancoriphus, quod mihi fuscus Apex.

BENZO. La carne dell' Anedra è più calda di tutte le
Anedra. carne volatili domestiche, conferisce alle complessioni fredde, nuoce alle calde; perciò si deu alterar con cose fredde, ingrassa assai; risolve le ventosità, & chiarifica la voce. Quando

lo la carne dell'anedra, si padisce è di gran nutrimento, e propriamente il suo stomaco, o il suo grisillo.

La carne dell' Anedra, e quasi di simil complessione con quella dell'occa. Galeno nel terzo de Ali. DO. men. dice ch'è tanto calda, e tal volta escita la febre, Anedra, e sue e Nicolao Massa la tien più calda de tutti gl'anima. *virtù.* li domestici, che si mangiano. Il Gesnero vuol, che sia molto humida, e tēperatamente calda, di dura digestione, e molto escrementosa, e più calca dell'anferina, e genera fastidio, o sia nausea: vogliono gl' Arabi, che l'uso d'esse carni chiarifichi la voce, che renda il corpo obeso, che scacci i flati, e la loro grassa, che rendi il color chiaro, tardi passano dal stomaco, e lo grauanano. Alessandro Benedetto la biasina nel tempo di peste. Si digeriscono bene ingrassano, e incitano il coito; ma il sugo nō è così lodabile, come quel della gallina: ingrassano i corpi magri: ma gli riempiono de escrementi, generando copia di sangue flemmatico: Sono migliori i piccioli, quando cominciano hauer le piume vn poco longhe, il loro sangue gioua à veneni: Si lodano l'Autunno rostiti, e acconci con i frutti, petroselo, saluia, e lardo. La grassa loro, e simile à quella dell'occa, si acconciano ancora tagliate in minute pezze, co'l brodo: aromati, aceto, e saluia, il loro fegato, e come quel dell'occa, e il simile il grisillo, & intestini: I loro testicoli, come quei dell'occa sono nutritiui assai, le loro oua sono di simil virtù dell'anferini, e giouano à gl'infermità del fegato: Dicono che le domestiche sono migliori delle seluatiche, e queste si acconciano nell'istessa maniera, come ancora in pastio, co'l lardo, garoffani, e zenzero. Tutte l'anadre

Sangue cōtro
venens.

*Anedra seluag-
gia.* nadre seluatiche sono di dura digestione, e se ben le domestiche siano più lodate, e saporite, le nostre seluagge di Piemonte, che mai si partono da noi sono saporite, e meno escrementose, e si mangiano più l'Inuerno, che la state, e taluolta da paesani si ritrouano i loro oua, i quali fanno schioder dell'anadre domestiche, ò vero dalle galline: mà mai si pono domesticarsi; perche subito, che pono volare se ne vano via, come più volte, hò visto. Vi sono ancora due altre sorti di passaggio, che chiamano greche, ò siano garganelli, e l'altre picciole dette gregoti, che vengono l'Autunno, vedi il Gesnero della boscada, ò sia cercella, ò sia querquedula, detta garganello da Milanesi, qual credo sia garganella, e l'amarello numerato trà i cibi idonei d'Alarnaldo Villanoua. Di simil natura sono il glaucio, penelelope la capella, Brento il Puffino d'Inghilterra le Bernicle, che sono anadre d'Hibernia, e dell'Isole Scotiche, e Orchades chiamate da essi Clakis, le quali vogliono, che nascano da corruttione d'alberi, e dalle corruttioni delle naui antiche, e altri da certi alberi, che le producono, vedi il libro dell'Historia mircolosa delle piante: Gesnero, & Aldrouando. Molte ancora sono d'anadre seluatiche, descritte da questi due Autori, & alcune sono tanto dure, e d'odor cattino, che non si mangiano, come l'anedra muscaria, che vengono ne' paludi, e laghi di Fauole, vicino à Pancaglieri, quali stāo quasi sempre sotto acqua, e l'anadre marinae.

*Anadre d'In-
ghilterra, &
Scotia.*

Mergon.

Il mergo, ò sia mergon stà più presto appresso al mare, che à noi, e v'è ne sono di molte spetie, e di raro si mangia, e vn certo Poëta si disse.

Si quis tunc mergos suauis edixerit assos,
Parebit.

REGOLE DELLA SANITA. 267

Parebit prauis docilis Romana iuuentus:

Kyrannide dice, che l'oua del mergon detto *Aethia*, che guarisse la dysenteria, e che giouano alle reni, & allo stomaco, e dell' *Aethia*, così scrisse Demetrio Constantinopolitano.

Aethya ad saturitatem, vsque ab accipitre in cibo summi potest. *Ethia.*

Suauissima enim eius caro est, & facilis concoctu.

Alcuni ancora, come dice il Gesnero lodano ne' cibi il mergon marino, che sarà di peso di liure do- *Mergon Ma-*
deci: Vi sono ancora altri animali simili, come è il *rino.*
gran mergo negro, detto carbon, e da Sauoiardi Cor-
beau, Crochereyx, della cui pelle ne fanno cussinetti
bonissimi per scaldar lo stomaco, e il simile delli
colymbi grandi quali cridano, chiamati da Sauoiar-
di Loëre, per esser pigro nell'andare. La trapazo-
rola, ch'è un picciol mergone, se bene la carne hab-
bia cattiuo odore, e nientedimeno commendata ne'
cibi, & trà gl'uccelli palmipedi, e il più tenero, e
il più grasso, come ancor sono i castagneux del Bel-
lonio.

Che sia giouine, grassa, & frolla.

PISANEL
LI.

Dà molto nutrimento, ingrassa, fa buono co-
lore, buona voce accresce lo sperma, e caccia
la ventosità.

Anedra.
Electione.
Giouamenti.

Ai freddi apporta calore, & à i caldi la fe-
bre, e di dura digestion, e di grosso nutri-
mento.

Nocumenti.

Soffiandoci il Borage nella gola auanti, che
ammazzi, poi cuocendosi arrosto, e piena
d'herbe odorifere, e spetie.

Rimedio.

È calda, & humida nel secondo grado.

Gradi.

Non

Tempi, Età,
Complessioni.

Non è buona se non ne' tempi freddi, perché c'hanno lo stomaco di fuoco: & che fanno grandissimi esercitij.

L'anedra è più calda di tutti gli augelli domestici: è anco molto humida, tardi si digerisce; mà le sue ali, e'l suo fegato sono molto lodati di buono, e presto nutrimento. Quando l'anedra è grassa, dà forza al corpo. Martiale lodò il petto, e la Cervice, dicendo: Tota mihi ponatur Anas, sed pectore tantum. Et ceruice sapit, cætera reddet coquo. Augmenta la carne, & ingrassa notabilmente, quando è ben digerita. Il fegato dell'anedra, oltre ch'è delicatissimo, è molto sano; cura ancora maravigliosamente i flussi Hepatici. Le anedre partoriscono appresso le paludi, e subito nate entrano nell'acqua. Vola ben'alto. Si purgano con l'herba Siderite, quando si sentono male.

L'occa, & l'anedra sono d'una medesima complessione, calde, & humide, perciò quando si cuoccono, per levar lor la grand'humidità, nell'arrostarle, si debbono vnger d'oglio, & pergottar d'acqua di vita.

BENZO.
Ocra.

La carne dell'ocra è più fredda, che quella dell'anedra, & è poco differente da quella, & le miglior parti d'essa sono l'ale, & il petto, ouero il ventre. La carne della gru, del paurone, del struzzo, & delli grandi uccelli sono di grosso nutrimento, & difficil digestion.

BERTAL-
DO.

L'ocra tanto celebrata da Romani; perché essendo persa la Città, eccetto il Campidoglio furono disfatti i soldati per il rumor d'esse, e così furono difese dall'impeto de' nemici, perciò erano venerate. Si usa à noi in Piemonte cotta aleſſo, come ancor roſtita,

La, e i più celebri sono gli paperi giouani, quan-
 cominciano esser grassi, e si empiono loro ventre
 sono ben purgati di pruni, peri, grassa, lar-
 , e herbe minucciate, di saluia, e petrosilo, e così
 ostiscono, e sono molto delicati: Le vecchie s'in-
 ssano, e si salano per vso di tutto l' Anno, come
 in Guascogna, patria del Quercetano, e come *Guascogna*
 ancora vsano gl' Hbrei, i quali l' vsano assai, e ne
 anno ancor di salami, e così vsauano ancora gl' E-
 y. In Piemonte vsano mandar le sposse à quelli
 erano prima suoiruali, vn' occa per farne mi-
 tre con i porri, in segno di partenza. La sua gras-
 non solo s' vsa per medicina; mà ancora è vtile
 ondir le viuande: Le piume sono quelle, che sono
 trimenti de' scrittori. La sua carne, come e quella
 Struttiocamello difficilmente si digerisce, come
 ol Galeno nel terzo de gl' alim. e Simeon Sethi ge-
 ra assai sugo, per esser di gran nutrimento, e du-
 , & escrementosa, eccetol' alle, & in Piemonte
 il collo, figato, e grisillo, e cipolle, e specie aro-
 atiche co'l buon brodo, e vn poco di lardo ne fan-
 minestra assai nutritiua, e saporita.
 E calda, e humida nel secondo, è di crassa sostan- *Qualità.*
 : Eluchasen dice ch' è meno calda dell' anedra, e
 è humida de tutti gl' vccelli domestici, e che ge-
 ran febre. La sua carne è cattiuu nel tempo di
 ste. Veniua ancora ne' bancheti di Alessandro,
 uero, Lampridio: La più lodata parte è il suo fe-
 to, la onde Quidio. Nec defenssa iuuant capi-
 lia, quos minus anser. Det iccur in lances
 nache laute tuas. E in somma di grandissimo nu-
 imento. La vecchia, e la salata genera humor
 melanconico. Il suo sangue, e buono contro i vene- *Sangue.*
 ni.

ni. Il Platina fa vn latte anserino, con il suo grasso purgato, e cotto co'l latte, zuccaro, e passula cibo delicatissimo. Messalino Cotta vitrouo il modo di rostir, e condir le palme de' piedi d'occa con le creste de' galli. Le loro oua, come quelli dell' anedra, e strutio generan cattiuo sugo, e di loro si deue solo vsar il vitelletto: mangiati con butiro, e mele fanno buon'ingegno, vedi Simeon Scibi. Il sterco dato al peso d'vna drama, e mezza co'l vin bianco, guarisse il traboco di fiele. Il Gattinaria ne fa vn'vnguento molto viile per il spasmo, & il Guaynero vn'altro vtile per l'artherica.

Tutte l'altre spetie d'ocche seluaggie, sono a noi di passaggio, e non si mangiano; perche sono di dura digestione, e cibo da Gregari, come ancora sono le maritime.

PISALEL

LI.

Elessione.

Gionamenti.

Nocumenti.

Rimedio.

Gradi.

**Tempi, Età,
CompleSSIONI.**

Che sia giouine, grasso, alleuato alla campagna, in luoghi aperti.

Dà assai buon nutrimento, e particolarmente ingrassa quei che sono magri, e macilenti.

Riempie il corpo di souerchia humidità, e tardi si digerisce: la carne de' vecchi, genera la febre.

Soffiandoci il borage nella gola auanti, che si amazzi, e poi cuocendosi arrosto, e pieno d'herbe odorifere, e specie,

E caldo in primo grado, & humido nel secondo.

Sono buoni ne' tēpi freddi, per quelli c'hanno lo stomaco molto caldo, & che s'affaticano molto.

Il paparo, quando si cuoce, ricerca molte spetie, e cose odorifere, per leuar via il tristo odore, che

ne tiene la sua carne. E di dura digestione, molto caldo, e molto humido: e però genera facilmente la febre, mà quando è giouane: è assai meglio, e sanco male: ottimi sono il fegato, e le ale, massime quando sono ingrassati, e chi fa esercizio, può fare questa carne; mà non chi viue in otio. Gli ebrei perche spesso ne mangiano, sono sempre melanconici, di tristo colore, e di pessimi costumi. Il paparo si gode di herbe, e luoghi freddi. Sessio fu il primo, che insegnasse la bontà, e l'ottimo sapore del fegato del paparo; altri vogliono che fosse Melio, e altri Scipione.

Ancora in Piemonte nel fin dell'Autunno, & BERTAL:
 l'inuerno, si mangiano le beccasse, così chiama- DI.
 da Francesi, & da Latini Rusticula, le quali il Beccassa.
 gino Lionese, pensa che siano la attagena, così
 riuendo vn certo Poëta Nemesiano.

Cùm nemus omne suo viridi spoliatur honore.

Fultus equi niueis syluas pete protinus altas.

Exuijs, preda est facilis, & amœna scolopax.

Corpore non paphus auibus maiore videbis.

Illa sub aggeribus primis, qui proluit humor.

Pascitur, exiguos sectans oblonga vermes.

At non illa oculis, quibus est obtusior, et si Sint nimium grandes, sed acutis naribus instat.

Impressio in terram rostri mucrone sequaces.

Verg.

Vermiculos trahit , & vili dat premia lingua.

E la sua carne delicatissima , si mangia arrostita , & sono buone sino alle budelle ; mà per esse escremento de vermi , non posso comprender , come sia lodabile : le parte più lodabile , e la coscia nutrisse assai ; mà genera sangue melanconico , & à noi tien il secondo luogo , appresso la perdice.

Picciola beccassa.

V'è ne in Piemonte vn'altra specie , che sono terzo minori, domandate beccasse picciole, ò buquel le per bauer il becco picciolo, & sono più saporite, & non sono di difficil digestione ; mà generan vn sangue crasso , come fanno tutti gl'animali acquatici & che dimorano ne' paludi , & acque , & si chiamano queste dal Quercetano. Rusticula minor.

Rusticula minor.

Galline, & polli d'acqua.

Vccelli acquatici biasmati.

Querquedula , & gallina acquatica. Benchè in Piemonte , si ritrouino ne' paludi diuersità di polli , chiamati polli , & galline d'acqua : sono però d cattiuo sapore , & spuzzano d'odor di fango , & perciò non si mangiano.

Vccelli piccioli.

Galeno.

Circa poi alli vccelli acquatici (eccettuato la beccassa, qual per la sua saporita carne , vien commendata alle tauole de grandi) sono biasmati da tutti gli Medici , & il contrario sono quelli di montagna , & colline , quali non sono tanto escrementosi ; perciò dice Galeno nel libro de attenuante victus ratione. Animalia siquidem, quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus degunt, humidiora sunt, atque excrementitia : quæ verò in montibus viuunt, omnia sunt, tum sicciora, tum calidiora temperie : eorumque caro minimum pituitosa, ac viscida existit. Quare animalia in montibus nata, multò ijs, quæ in locis

is oriuntur planis, sunt præstantiora; perciò-
he sono più caldi, e più secchi, & di manco super-
luità, & sono di lodabile nutrimento à sani, & à
erte infermità medicinali.

Il cigno non viene à noi, dicono, che gl'ingrassa- *Cigno.*
no in Frisia, e gli salano, egli portano in altre re-
gioni, & Sigismondo Baronto dice, che nella Mos-
couia alla prima tauola de' fo. estieri, quando si mā-
gia carne portano il cigno arrostito con salsa, d'ace-
to, sale, e pepe. La loro carne è negra, e dura, co-
me tutte l'altre grosse d'uccelli acquatici, e tutti i pa-
lustrì, con Isaach sono più cattui de' terrestri, e
l'Almansore così dice, Caro Sisonis, & aliarum
auium syluestrium, quo plus rubedinis, vel
nigredinis habet, tanto sanguini melanconi-
co propinquior fuerit, e Galeno nel lib. attenuan-
te victus ratione: si acconciano, come l'ocche ve-
di il Platina:

Le grue ancora vengono tal volta alle tauole, *Grua.*
sono di natura dell'ocche, sono di gran nutrimento,
è calda, e secca, crassa, nervosa, e fibrosa; perciò
non si mangia se non due giorni dopò esser amaz-
zata, difficilmente si digerisce, e genera sangue me-
lanconico, è nociua à chi patisse hemoroidi: Arnal-
do la fa fredda; mà il Gesnero vuol, che sia calda:
Si deue elegger giouane amazzata dal falcone, e ap-
pessa con sassi a' piedi, per alquanti giorni, si condif-
se con aromati, e buone herbe, e si deue beuer buon
vino, appresso: il Platina dice, che è buona a' tormi-
ni, e si loda bollita.

La cicogna, è quasi di simil natura, come vuol *Cicogna.*
Simeon Sethi: mà è più humida, il Trago dice
c'ha la carne neruosa, dura, difficil al digerire: mà
S dige-

digesta nutrice molto : genera melanconia .

Il Grotto, ò agrotto , ò molinaro , come lo domandano i Sauoiardi Goutreuse , come vuol il Gesnero

Onocrotalus . mangia ancora. Onocrotalus asius in cibo minime gustanti grauis , & ferini odoris , nec grati saporis visus est , etsi prius in aqua , & vino potius riter mixtis elixus fuerat: Conijcio tamen alios non fuisse .

Strutio, ò strutiocamello.

Il strutio non s'usa à noi , & era proibito mangiarne nel Leuitico, per esser animal immondo e perche mangia le picciole femine , vi sono certi popoli domandati strutiophagi , i quali gli mangiano: il Platina dice , che hà la carne trà tutti l'occe li crassissima; e per questo si deue schiuare. Rasis. Cauda strutionis omnium crassissima iudicatur eam ob causam vitanda , e Galeno nel lib. de cibis boni, & mali succi, e nel terzo de alim. facit. Ex grandibus strutijs membra omnia dura excrementosa, & concoctu difficilia sunt, alia eorum non sunt deteriores cæterarum auium alijs: Auicēna dice che alcuni Medici l'hanno lodata dicendo esser calda, grassa, ch'escita l'appetito, conferma il corpo , è quando si digerisse esser lodabile mà di cattiuo sapore , e che muoue il coito: E cibano mangia o da Numidijs , e ingrassano i piccioli . Herodotus liogabalo diede nelle cene struty , è cameli, e in vn'altra sera diede 600. teste de struty per māgiar le lore cervice uelle . La grassa del struzzo gioua, come fà quella dell'occa, mà meglio assai.

Cornachia .

La cornachia , e cibo da gente che non sano di che altro cibarsi , poiche ancora fù proibito dalla legge diuina à non mangiarne , e animal sporco , funesto , che si pasce di cadaueri: genera pessimo san-

gue

e bilioso, e putrido. Demetrio Constantinopoli-
ano, la vietta ancora à sprauieri. La cornachia
mangia da Plebei, ne' pa si bassi, e si vende in Bo-
na, è d'odor fetido, come ancor la cerulea.

Il phœnicoptero, qual vien nelle lagune mariti. Phœnicoptero
e, simile à vna cicogna, è usato arrostito, e bol-
lo da Apicio, doue ne insegna accommodarlo con
olti aromati, e Lampridio dice, che Heliofabalo
hibuit Palatinis ingentes dapas ertis illorum
fertas, & cerebello phœnicopterorum.

Vietati sono ancora nella legge i vespertiglioni, i Vespertiglio-
ali dice Strabone, che gli mangiano nella Città di ni.

orissa nella Mesopotamia, come ancora nell' Isola
S. Giouani nell'Oriente, nellaqual gli pellano nell'ac-
qua calda, e hāno la carne biāca molto grata, e grassa:
Scaligero dice, che nell' Isola Catigna vègono grossi,
come vn' aquila, e c'hanno sapor di gallina.

La monedula, che se ne stà sù l' alte torri di co- Tacola.
r negro, chiamata da Italiani Tacola, della qual
nel settimo della metamorphosi, così scriue nigra
pedes, nigris velata monedula pennis. Et ve-
e sono in copia nel paese de Grisoni nell' Alpi
betie, e nel lagho ver bano di più sorti di color ne-
ro: si mangiano i suoi piccioli nudati dalla pelle,
piume, e sono di natura delle cornachie.

Il morinello d' Inglesi domandato da essi Doterelle, Morinello,
qual per esser vccello stolto, vien così domandato, è
rosso come vna quaglia, molto delicato al gusto, e
in saporito d' esse, & è tenuto in prezzo appresso à
essi, e di virtù simile alla grina.

Il Numenio, ò Aethya, si da à sprauieri, è sua- Numenio.
nissima, e di facil digestione, come dice Demetrio.
Gli heironi, e il falcinello sono mangiati d' alcuni,

Heironi .

mà come dice il Gesnero , spuzza la loro carne , & mal sana , e Arnaldo disse Quicunque hæmorrhoides crebro experiuntur , præsertim pullant inter alia grues , & agrones (idest Ardeas) precipuè caueant.

Tarlino .

Il tarlino , ò l'ariuato da Veneriani si acconcia come le galline , si lodano ne' cibi , e si preferiscono alle galline .

Cepho .

Il cepho è vccello maritimo , di buon odore , eccetto la parte posteriore , qual hà odor di fango , douentano assai grassi , e sono buoni da mangiare .

Vccelli prohibiti da Moysè .

Vccelli prohibiti nel Levitico , e Deutoronomio mangiar à gli Hebrei: tutti gl' vccelli rapaci con l'unghe , adunque è interdetto il loro vso , come sono sprauieri , e questa è la causa (come recita Procopio) vt inde cõijciatur displicere Deo eos , qui alij infidias moluntur , & cædes meditantur sicut accipiter , qui nullam auium infirmiorum non incedit . Arist. Auicenna , e Rabbi , Moysè dicono che i polli de' sprauieri sono grandamente soauì , & si fanno ancora grassi , e Alberto dice , che la carne di questi animali è dolce , e lingiera ; pche si nutrisce di buon nutrimento : Rostito , e mangiato cura il mal caduco Kyrannide : Nicolao Massa , biasma tutti gl' vccelli rapaci , per esser duri , difficil al digerire , e generan poco , e secco nutrimento ; perciò non giouano à vecchi , e conualescenti .

Nibio .

E ancora prohibito il Nibio , ò sia Miluuo , quando piglia le picciole ocche , e pollastri , e nell' Inghilterra pigliano il cibo dalle mani à fanciulli , e li pesci nelle mani delle donne : non s' vsono à mangiar à noi . Auicenna dice c'ha la carne dura e crassa . Il loro fegato gioua à chi patisse mal caduco , i loro testicoli giouano

ouano à chi è freddo ne gl'atti venerei. L' *Acqui* *Acquila.*
ancora nel 14. del Deuteronomio, e nel 11. del
Leuitico, e prohibita rimoustrandone, che l'huomo
non deue hauer commercio con huomini, che vino
o di rapina.

L' *vpupa* per esser sporca.

Upupa.

Bubone, ò sia guano, ò dus, come li uccelli no- *Bubone.*
rni, come immondi sono prohibiti dalla scrittur-
a Sacra.

Le *catarrate* ancora, come che si nutriscano di ra- *Catarrate.*
ina, e sono voraci di mangiar pessi. Nella transla-
zione di 70. interpreti, e nel Leuitico 11. Deutero-
nomio 14. l' *Auoltore*.

Il *charadrio* per esser amico della notte, & im- *Charadrio.*
mura, come dice Procopio, questa riguarda, ò man-
giata guarisse l'itteritia.

La *ciconia*, la *cornachia*: Plinio vuol che sia buo *Ciconia, e cor-*
na ne' mali longhi. E il coruo prohibito nella legge *nachia.*
antica come dice Procopio, maligni ingenij, &
enebrofi (atri) homines, qui per eiusmodi
uues qualis coruus est: iudicantur. Il *cucullo* 14. *Cucullo.*
Deuter. per esser escrementoso.

L' *ibis*, come uccello sporco, che si nutrisce de ser- *Ibis.*
penti, è sacrato dall' *Aegyti*; perche deuora i ser-
penti, che iui vengono dalla *Nubia*, & i loro vo-
ua sono venenosi, & sono rotì dalla *Aegyti*; per-
che si pensano, che generano i serpenti. Il porphy-
rione per esser vorace de' pessi. Procopio.

Il *pellecane* è prohibito nel vecchio testamēto, per *Pellican.*
esser vorace, e di rapina. *Atheneo* lo nomina in vn
conuiuio d'vn Rè di *Thracia*, e il *Gesnero*, & il
Platina dicono, *Gustanti grata*, & *anser*, non
dissimilis visa est: apud anglos in delicijs habe-

278 REGOLE DELLA SANITÀ.

ri audio. Il voltore, vt qui bellis, & cadaueribus gaudeat: Vulturis coro neruosa, tarde coctionis est, & prauos humores gignit.

Cicogna:

La cicogna negra hà la carne rossa, come il sce Salmone, & è mangiata d'alcuni, vedi cicogna.

Laro:

Il laro come dice Procopio homines inexplētē legislator damnat, prohibitis in cibo passibus, & laris auiibus, quæ cibos semper obuiatò παραμπίπτεν colligunt. Il ceruello del laro gauia seccato al fumo dati à odorar à piccioli faciuli, gioua all'epilepsia, & à grandi si dà à beu con mulsa, & aceto:

Notua:

La notua è dannata nella legge Mosaitica, per esser animal notturno; perciò dice Procopio: nam talia mala faciunt: ait enim Christus omnem qui mala perpetret odisse lucem.

BENZO.

Vccelli volatili. Acquasili.

Di nutrimento molto condecante, è la carne de gl'vccelli volatili: gl'acquasili ch'vsano & stanno ne' laghi, fiumi, & pratti acquosi, che sono grossi: generano superfluità, & il loro vso non è laudabile. Gli piccioli, & minuti vccelli sono di buon nutrimento, & propriamente, quando non fanno nido, & che sono grassi; di tal natura è il tordo; mà è pericoloso il suo stomaco, ò grisello; perche alcuni dicono, che mangia il Napello, ch'è herba venenosissima.

Vccelli piccioli.

Tordo:

BERTALDO.

Tordo.

In Piemonte confondono queste due voci Tordo e Grìua, che facilmente non si può discernere l'una dell'altra: mà l'ordinario, che si domanda Tordo, è il maggiore. & il minore grìua, come ancor fanno in Francia. I tordi vengono à noi in Piemonte nel

l'Aut.

Autunno, come ancora le griue, quali s'ingrassa-
d'vua, & nell'inuerno stano nell'Alpi Liguri,
uoghi maritimi à mangiar il ginepro, all'hora ac-
quistano l'istesso odore, e sono denute in prezzo alla
uola di S. A. di Saouia: si concedono i tordi, ò gri-
à noi à gl'infermi di longa malatia: era tenuto in
co coto appresso gl'antichi, che si pēforno, che fosse
primo trà tutti gl'altri, come dice Martiale.

Martial.

Inter auesturdus, si quis me iudice certet,
Inter quadrupedes gloria prima lepus.

Andrea Datio Patritio Fiorentino.

Inter auesturdus gustu gratissimus olim,
Nunc etiam primos occupat ore locos.

La causa perche non è tenuto à noi in tanto con-
, come appresso gl'antichi, è che non se n'hà cura
ingrassarli, come dice il Mercuriale d'Autorità Mercuriale.
Columella, e M. Varrone quali n'insegnano à in-
assarli co'l no:rirli di pasta fatta con fichi, e gros-
farina, ò vero co'l milio, e acqua chiara, e così
grassati douentauano saporitissimi. Galeno nel Galeno.
terzo de Alimen. e nel settimo del Meth. dice, che
no più duri da digerire, che la perdice, & Attege-
, & altri, e Celso dice, che sono di materia più
rma. Galeno ancora nel lib. de cibis boni, & ma-
succì, gl'annumera trà i cibi, che generan sugo
crasso, ne sottile: si mangiano rostiti inuolti co'l
asso, e il Platina dice, che sono ancora boni cot-
alesto co'l pepe, e saluia, si mangiano con agre-
, ò sugo de limoni. Il tordo viscouoso, cioè che
angia il visco, è tenuto il più celebre, altri danno
lode al pilare detto da Francesi litorne, simile alla
landra. Il terzo è la griua di montagna, detto da
heluetij bergtroste. Il volgar tordo picciolo, si do-

Ampelidi. manda volgarmente griua. Le ampelidi di mia sono di simile qualità, e si domandono zinzale, e da Modenesi frifone, e non comparono se a certi tempi.

PISANEL LI. Che sia il tempo freddo, e che siano grani e pasciuti di grani di ginepro, & di morte.

Elettione. Danno buon nutrimento, presto si digi-
Giuuamenti. scono, fanno buon sangue, e sono molto buoni a i conualescenti.

Nocumenti. Nuocono a quei che sono soliti patire di micranca, e di frenesia.

Gradi. Cuocendosi nel brodo di buona carne, e fatti co'l Petrosello, & altre herbe aperitive.

Sono caldi, & secchi nel fine del primo grado, e fino al principio del secondo.

Tempi, Età, Complessioni. Sono buoni ne i tempi molto freddi, ogni età, e complessione, eccetto che per i vecchi.

I Tordi si deuono elegger grassi, e che siano presi co'l laccio, ouero con le reti, della qual natura qualità, è virtù, sono ancora i Merli, e però tutti comprendono in vno istesso capitolo: e perche la carne declina alquanto alla siccità, come anco fanno tutte le carni de' volatili, però se ci desiderassimo grassezza, accioche quella humidità venga a temperare la siccità naturale. Et anco perche aiutino la digestione. Sono i Tordi molto gioueuoli a i malati, e lenti, priui di sangue, & in somma a quei che cercano ristoro. Il Tordo fa co'l fango il nido nelle cime de gli arbori: e gli è ben loquace; mà gli è particolarmente ascritta la sordità, onde si dice per proverbio, Surdior Turdo. Aggripina moglie di Claudio Cesare n'ebbe vno, che imitaua le parole.

humane secondo Plinio. I tordi piacquero molto à Martiale, & à Horatio.

BERTALDO.

La merla ancora se ne ritroua di varie sorti, cioè di negre, e d'altre con la testa bianca, altre macchiate di negro, e bianco, e altre dal tutto bianche. Queste erano ancora ingraffate da Romani con i tordi, e in prezzo era tenuto il petto, come disse Horatio.

DO.

Merla.

Et leporū auulsos, & multò suauius armos.
Quàm si cum Lumbis quis edat, tum pe-
ctore adusto.

Vidimus, & merulas poni, & sine clune palumbes.

Plinio nel lib. 10. cap. 50. dice che i studiosi della gola disputauano se si douessero preferire le co-

Horatio.

scie. Elluchasen le biasma, dicendo che si nutriscono de vermi, e locuste, e che hanno la carne al

Elluchasem.

gusto acre, e che spuzzano. Il Platina dice che tardi si digeriscono, che nutriscono poco, & che au-

Platina.

gmentano la melanconia Galeno nel terzo de Alim.

Galeno.

dice che sono più dure delle perdici, e colombi, e nel libro de cibis boni, & mali succi, le numera

tra i cibi, che sono di buon sugo, e che non generan sugo tenue, ne crasso, & il Sauonarola le preferisce a' tordi. La scola Salermitana le loda ancora,

come ancor l'Aldrouando; e il Volaterrano.

Qualità.

Sono calde, e secche nel fin del primo grado, sino al principio del secondo: le miglior sono le grasse, si

acconciano come i tordi: portando i piedi di lepre con una testa di merlo attaccato ai braccio sinistro, dicono,

Elessione.

che rende l'huomo audace, e atto a' negotij: giouano ancora à dysenterici. Nel numero de merli,

si mette il passer solitario, chiamato da Genoues Merlo

Merlo

Merlo Chiappa, da Francesi Merle bleu: Il Steinrotelle de Tedeschi, ò sia il Cyanusauis del Bello nio, il passer solitario del Bellonio, la merla montana de Germani chiamata Birchansel, qual è delicatissima al gusto, massime l'Autunno: la merla co'l collaro; da Morrianesi domandata merle aucollier, oue se ne troua in copia: la merla Alpina, ò sia colombina, e il storno marino, il cassenoix sono quasi tutti dell'istesse qualità.

Storno.

I Storni sono di varie sorti, e à noi si mangiano i tenerelli, e i grossi sono biasmati: Conciosiache mangiano la cicuta, e non erano tenuti in alcun prezzo, la onde dice Martiale.

Martiale.

Nunc sturnos inopes, fringillarumque querelas.

Audit, & arguto passere vernat ager.

Dicono, che hà la carne dura, difficile al digerire, & c'hà pessimo odore, il Platina in ogni modo la scaccia dalla sua tauola, chiamandolo cibo diabolico, per auari, che risguardano più alla borsa, che alla sanità. E doue Galeno nel sesto, de sanit. tuend. lo loda intende de' piccioli giouani, ò vero de Montani. Il Cardano nel lib. de sanit. li loda nel tempo della vendemia, come ancor Giulio Alessandrino: sono migliori tagliandoli via la testa, e Auerroë dice, che sono caldi, e secchi. Kirannide dice, che sono boni contro i veneni, e Arnaldo gli biasma à chi patisse hemorroidi.

Franguel.

Il franguel, ò sia fringilla montana, da Greci κορυμβάκις, da Francesi, e Piemontesi Grosbech, ò durbech, si vsa nei cibi, e la sua carne è soane, e grata: della natura de uccelli di montagna, che generan mediocre alimento.

Le

Le rondinelle non s'vſano ne' cibi ſe non da po- Rondine.
uerelli, il ſuo nutrimento non è lodato, per eſſer no-
tuo; e feruido; perciò ſe non per uſo di medicina
non vengono lodate da Medici; perche Plinio la da
à quei c'hanno la febre quartana: Seſto e Kirannide
dicono, che guarisce il mal caduco: L'acqua delle
rondini diſtillata preſa alla miſura de quattro det-
ta; per quattro giorni, fa l'ieſſo effetto, la ſua ce-
nere gioua alla ſquinantia. L'occhio della rondine
poſto ſotto al capezzale; proibisce, che l'huomo
non dormi: alcuni dicono, che ſono migliori le ſel-
uaggie, quali non ſi trouano à noi. mà ſi ben i ron-
doni, i quali mai vāno à terra: mà ſtano ne' buſi Rondoni.
delle torri, come ſi vede ogn'anno nel caſtel di S. A.
in Torino, e vi uono de piccioli animali, quali pi-
gliano nell'aria; e ſono mangiati d'alcuni, quando
ſono graſſi; e in Bologna ſono molto ſtimati: La
rondina marina groſſa non s'vſa à noi, ne tampoco
la rondine riparia, ò ſiano dardanelli, che preſa-
giſcono le future pioggie, e ſtano nelle ripe de' fiu-
mi; e da Piemontèſi ſono chiamati riueroli.

Riueroli.

L'horiuolo, ò ſia orioło; ò ſia il picco, che apen- Horiuolo.
de il ſuo nido, e da Franceſi lorion, ò loriot: ſi man-
gia in Piemonte, & è di natura de' piccioli vccelle-
ti, & il Tragol'annumera trà l'vccelli, che ſi man-
giano, e nell'Italia è tenuto de' primi, che ſi man-
giano, come ancor in Piemonte, hà la carne delica-
ta, e genera buon ſangue: ſe ben il Bruyerò la biaſ-
ma.

Il cuculo, ò cuccio, quando comincia à volare, e Cuculo.
vñ ſaporitiſſimo vccello, & celebre trà gl'altri, per
eſſer all'hora graſſo, come vuol Ariſt. Plinio dice,
che quando comincia à viuer da per ſe, che cambia
ſapore

Loxia.

sapore, à noi si mangia in ogni tempo, & alcuni lo biasmano; perche sputa, è vccello impuro, & escrementoso. ¶ La loxia de' Suizzeri c'habita ne gl'alti Alpi co'l becco obliquo, ò sia tranuersato, si domanda da paesani Krutzouge, e Krumschua-bel, e l'Aldrouado ne depinge di tre specie: nidifica nell'Abeti, e si nutriscono de' suoi grani, mangiano il seme di caneuia, & non è rifiutata ne' cibi: Noi in Piemonte habbiamo le caneuia ole: mà non si mangiano.

Merope.

La merope, ò sia gaulo d'Italiani, ò leuolo, detto da Napolitani lupo dell'api, e in Sicilia piccafervo è improbato per l'uso delle viuande. Rasis dice, la carne dell'Alkemi, è austera, difficil à digerire, mà che gioua à gl'inflammationi. Kirannide dice, che il cuor suo concilia gl'amori: e dato in cibo gioua alle passioni di cuore, all'itteritia, e alli stomatici.

Picco.

Del picco, e loro specie non si legge appresso gl'antichi, che si mangiassero per loro siccità, e durezza, la onde in Piemonte, quando vogliono paragonar vn magro dicono, ch'è magro come vn picco: mà pur quei che lo mangiano nell'Autunno dicono, che hà la carne saporita, & è di natura de' piccioli vccelleti: mangiato il picco, come vuol Kirannide accelera la sanità à gl'infermi, e libera soluendo le ligature de' maleficiati, come vuol il Mizaldo: catiuo, è il Martinet, come vuol il Trago.

Vccelleti.

Le carduelle, dargne, teste negre, teste more, & altri vccelleti piccioli, quando sono ben grassi nell'Autunno sono di ottimo nutrimento, come vuol il Platina, & il simile tutti gl'vccelleti di montagna, come ancora il paro, petto rosso, ò rouge bourse de Sano-

cauoiardi ; perciò disse Ficedularum, carduelium, & reliquarum auium minutarum caro , si pinguis sint , modò non nidificent, boni alimenti snt, e il Gesnero nel terzo libro Luscinia Auiculas diuersas, que Augusto mense, & Autumno pinguescūt ficedulas Itali vocant eo tempore (becquefigas vulgo) & inter alias (vt audio) Lusciniam quoque, vel potius auem Lusciniaē similem, vedi rosignuolo.

Il papagallo , ò sia peroquet , sono tenuti à noi solo per spasso, & alletamento per la sua voce che immita l'huomo, e nell' Isola Gracchana , qual è abbondantissima di questi vccelli, gl'ingrassano per vso de cibi, come dice il Colombo; mà i R è dell' Indie gli tengono sacratì per loro idoli; perciò se n'astengono. Kirannide dice c'ha la proprietà dell'occha, e mangiato, che gionì all'ittericcia, e à tisiisci. Heliogabalo, (come recita Lampridio) fece vna cena tutta piena di teste di papagalli.

Il lanio , ò regeftella , ò passera gazera , è im- probato dal Trago , se ben in Italia lo tengono salubre, e delicato.

La picca , ò sia gazza , ò berta de Piemontesi, si mangiano mentre, che sono teneri, che vogliono cominciare à volare , come ancora il gracculo, ò berto detto picca glandaria, e si māgiano da pouerelli, e dicono, che sono custoditrici del Metallo , e in Bollogna si vendono , e si mangiano pubblicamente.

Di tal natura è l'vccello domandato lupo , ò vero monedulla , e si domanda Monacchia, Ciagula, Tattulla, Taccola, Cutta , e Pola d'Italiani , gli Francesi couchette , & è vn'animale , che asconde l'oro: e di simil natura, è il coruo montano det-

BENZO. to pyrro, come ancer la cornachia.

Capriolo.

La carne del capriolo trà le carni delle seluaggine, e la più lodata dell'altre, & è di buon nutrimento, & di poca superfluità, benchè il sangue generato da quella tenda à qualche melanconia.

BERTALDO.

Capriolo lodato.

Trà i cibi d'animali quadrupedi seluaggi, il più celebre, e lodato da tutti i Medici, è il Capriolo, qual il Gesnero nel lib. 1. vuole che sia l' *Algazel* de gl' Arabi, & il *Δορξὸ Δορκας* de Greci; la causa è che trà gl' altri animali, e il più faticoso; perciò sua carne è più friabile, tenera, e digestibile; perciò *Simeon Sethi* così dice *Dorcadis caro melioris succi est, quàm cæterorum agrestium animalium, & ad humanum corpus quandam habet familiaritatem humidisque, & multas superfluitates habentibus, corporibus prodest; item morbis colicis, & comitialibus, sed ventrem moratur, & neruis sua siccitate conducit. E Batista Fiera.*

Hic optata feret nobis fomenta calore.

Vda leui, modicis moxque coquenda focis,

Nò è così escicante come la dama: *Alessandro la loda alli Timpaniti: Elluchafen vuol, che tutte le carni agresti siano cattine; perche generan sangue ferino, e melanconico; mà esser manco mala la carne de Gazelli, e poi la leporina; perche genera poco escremento: è fredda, e secca, come vuol Rasis, e Cornelio Celso dice, che genera buono, e copioso sangue; mà che declina più alla natura del sangue melanconico: Arnolfo lo vuol di dieci mesi: si acconcia con aromati in varij modi, massime in pasticio, come si fa del cerno. Hermolao Barbaro vuol*

REGOLE DELLA SANITA. 287

uol che l'orige sia simile alla Dorchace.

PISANEL

Che sia giouane, grasso, e molto essercita-

LI.

, e che la sua carne stia appesa all'aria, sin

Capriolo.

to, che sia tenera.

Electione.

Da vn nutrimento meglio di tutte l'altre
rni seluagge, e particolarmente è contra i
olori coloci, la Paralisia, e chi hà troppo su-
erfluità.

Gionamenti

Nuoce à i magri, & estenuati, perche gene-
ando sangue asciutto, patiscono i nerui, mas-
me sel'animale è vecchio.

Nocumensi.

Quando si cuoce, si bagni assai con oglio,
uero con grasso in molta quantità, accioche
faccia più humida la carne.

Rimedio.

E caldo, & secco nel secondo grado.

Gradi.

E cattiuo ne' tempi caldi, per i giouani, &

Tempi, Esà,

er i colerici, & è buono per i paralitici, e
emmatici.

Tutte le carni d'animali seluaggi sono biasmate,
rche generano sangue troppo grosso, eccetto i ca-
rioli, i quali sono commendati più ch'altra carne
caccia, per più saporiti, e più lodeuoli, per la sa-
tà: perche co'l gran muouersi, che fanno, il loro
ngue si assottiglia, il corpo si fa più raro, i por-
s'aprono, e si dissoluo i tristi humori; e però
esti non pazzano di seluaggio, come gl'altri, e
si diuengono ancora più facili da digerire, & il
ngue che generano hà pochissima superfluità, e
oua à molti mali. Si lamentano i caprioli, appres-
Martiale con queste parole. Dente timetur
per, defendunt cornua Ceruum. Imbelles Da
e, quid nisi præda sumus?

Fà vn medesimo capo il Pisanelli del Caprio,

¶

Et del Capriolo, i quali però sono diuersi, poichè il Caprio non è aliro, che'l Capro seluatico, chiamato camoscio, Et il capriolo è quello, che i latini chiamano dama, Et noi capriolo; del qual camoscio tu uo scritto appresso alcuni vn rimedio per le donne che leua lor le lentigini dalla faccia. Et per farlo si piglia il fele del camoscio al peso d'vna dramma di farina di lupini, Et mełe mezz'oncia, Et si fa vn'empiastro, per il qual si scacciaranno le lentigini, Et altre macchie.

BENZO.
Lepre.

La carne della lepre, è di cōpleSSIONe fredda e secca, se ben che in alcuni luoghi si dica, che sia di calda complessione è di buon nutrimento; mà genera humori melanconici, & più di quella del capriolo, il suo coagulo, è constrictiuo del ventre, & è triaca contra ogni veneno. Il cernello della lepre, fà prontamente nascere i denti alli puti.

BERTAL-
DO.
Lepre.

La lepre è sempre stata pregiata ne' cibi, come disse il Martiale inter aues turdus, si quis mori iudice certet, inter quadrupedes gloria prima lepus: fù interdetto il suo vso da Moysè; perche non hà i piedi bisulchi, mà digitati nel leuit. 11. Deut. 14. Galeno vuol, che generi vn sangue crasso, mà di miglior sugo, che quel del bue, e peccora, e Paolo dice, che non è migliore, mà manco crasso: e buona per essiccare, come vuol l'istesso nel libro de attenuante victus rat. Celso dice, che tien mezzan luogo trà quelli che generan buon sugo, astringe il ventre, e muoue l'orine, gioua a' dolori delle viscere: Elluchafen vuol, che sia lodabile a' vecchi, e non a' giouani, se nō sarà prima macerata, per vna notte nel vin de' granati, e aceto. Vogliono gli Arabi, che
sia

calda, e secca nel secondo grado: è lodata quella che vien uccisa da cani, e di campagna, e si mangia l'inuerno, gioua à corpulenti, fa le vigilie, si condisce con aromati attenuanti: fa veder illusioni e sogni: altri sono che fanno la lepre fredda, & ucca, vedi il Manardo nel 13. epist. del quarto libro. Il suo sangue è dolce, e gustuole ne' cibi. Si mangiano à noi più tosto arrostate, che bollite, e così ancora le loda Areteo; perciò sono di parer, che sù più osso di natura fredda, per generar il sangue grasso e melanconico, per esser di natura timida, e perciò si lodano i piccioli leporini, cotti con quantità grasso, o vero inuolti col lardo, come ancora i piccioli conigli. Le parti posteriori, si rostiscono, e s'accocciano in pasticio: Delle parti inanti tagliate, & cotte aggiungendoui del suo sangue, cipole, vin cotto, & uccie odorate, se ne fa vn cibo detto ciueiū, d'assai nutrimento. Dicono che la lepre usata molto fa acquistare leggiadria, la onde hà tolto il nome: restituisce il colore perso, massime alle Donne. La sua ceneraccia le renelle, & questa virtù dicono ch'è nell'osso del suo piede domandato Astragalus, gli suoi pelli restringono il sangue.

Il Martiale Burlandosi di Martia così scrive.

Si me non fallis, si verum lux mea dicis.

Edisti nunquam Gellia tu leporem.

Che sia giouine, presa da cani di caccia, che habbiano trauagliata molto: sia d'inuerno, e la carne sia fatta tenera al freddo della notte.

Gioua à quelli che sono troppo grassi, e vogliono smagrire, e fa venire buono colore in viso; onde si dice *Comedit Leporem.*

PISANEL
LI.

Lepre.
Elettione.
Giouamensi.

T

Tar.

Nocumenti . Tardi si digerisce, genera sangue melancolico, & induce la vigilia.

Rimedio'. Cuocendosi piena di lardo, ò di altro grasso con molte spetie aromatiche, che leuano la grosschezza.

Gradi. E calda, & secca nel secondo grado.

Tempi, Età, Non è buona se non l'inuerno, per i giouani & per i sanguigni.

Complezioni. Nuoce à i melanconici, & à quelli che stadiano.

La lepre non è stimata da gli scrittori per carni di buono nutrimento, perche ha odore di seluaggio, e genera sangue grosso, e però non è cibo conueniente, se non per quelli che desiderano smagrire: & in questo errano grandemente i cacciatori: che dopo essersi molto riscaldati, & infiammati in prendere questi animali, mangiano poi questa loro carne ch'è calidissima, dove che dovebbono cercare cibi refrigeranti, per contemperare il souerchio caldo, che hanno acquistato nell'essercitio della caccia, ch'è violentissimo. E la lepre velocissima: perche ha i piedi dinanzi più corti, che quei di dietro. Sono le lepre prese con inganni dalle Volpi. La sua carne mangiata, fa che l'huomo stia bello, & allegro per sette giorni, e con buono colore. La lepre dalla grandezza delle orecchie, è detta da Greci Lagos.

Scrive della lepre Martiale, & dice. Inter quadrupedes gloria prima lepus; che ha fatto marauigliar molti dotti, poiche la lepre genera humori grossi, & melanconici, mà lasciaranno di marauigliarsi se voranno vedere Galeno al terzo de gli alimenti, oue dice, che'l sangue della lepre è più soauo, & in più prezzo d'ogn'altro sangue. Se così, è
biso-

sognerà parimente, che la carne, la qual non con-
te, che di sangue, possègga la medema bontà, &
licatezza d'esso sangue, & così haurà ben detto
l'artiale.

Il cernello della lepre non lascia venire dolor alle
gingiue de' figliuoli, che cominciano à mettere i den-
ti, se saranno fregati con esso, & à coloro à chi
eman le mani, & la testa, mangiando il sudetto
cernello, fermerassi il tremore.

La pelle della lepre, messa in vna pignata nuo-
va, serrata di creta, & abbrusciata nel forno, libe-
ra l'huomo da' dolori colici, & renali, pigliandone
tre cucchiari con vino bianco; Ilche fanno ancora
tre piccioli ossa, che sono nelle ginocchia, abbru-
sciati, & tolti al peso d'vna drama, con vna dra-
ma di macis in brodo di carne.

I piccioli figliuoli del Coniglio, dopò 30. giorni so-
no grassi, e soau ne' cibi: Molti gli lodano dopò
4. giorni: gli domestici non sono così saporiti, come
seluaggi; perche tenuti pregioneri non fanno tan-
to essercitio, e spuzzano maggiormente: hanno la
carne dolce, & prossima à quella del gato: si vende
più soauè salata: s'acconcia come la lepre, & di
meglior, e facile nutrimento, che la leporina, come
vuol il Platina, e Gio. Battista Fiera, così disse,
Vda cuniculus affert, fercula, viscosum semi-
mitata gluten. Hunc torre igne tamen. Il suo
cernello, è ottimo contro i veneni, & hà virtù the-
iacale, come vuol Arnaldo. Sono buoni tutto l'an-
no, & sino ch'habbiano sei mesi. Copiosi sono nel-
le campagne di Torino, e dentro le fossa della mura
della Città.

BERTAL-
DO.

Coniglio.

Coniglio. Che sia giouane , grasso, d'inuerno, e che la sua carne all'aria della notte sia diuētata beffrolla, e tenera.

Electione. Dà buono nutrimento, e copioso, & con
Giuamenti. suma l'humidità, e le flemme, che ritroua nello stomaco.

Nocumenti. Nuoce alle complessioni melanconiche, & non è cibo conueniente per li decrepiti.

Rimedio. Cuocendosi prima vn poco bollito, e poi arrostito con assai herbe odorifere, con garofani, & altre spetie.

Gradi. E freddo nel principio del primo grado, & secco nel secondo.

Tempi, Età, Complessioni. E molto nociuo ne' tempi caldi, per i decrepiti, & per quelli che sono di melanconica complessione.

Il Coniglio è stato chiamato picciol lepre, per la gran similitudine, che con quella tiene, e dal continuo caminare, ch'egli fa sotto terra; hanno gli huomini imparato di fare le mine, e però disse Martiale. Gaudent in effosis habitare cuniculus antris. Demonstrat tacitas hostibus ille vias. E la sua carne bene tenuta per melanconica, grossa, e di buon nutrimento, nondimeno quando l'animale è giouane, e bene pasciuto, & ingrassato, si tiene per manco male: essendo che le carni giouani sono più accomodate dell'altre. Ne sono tanti nelle Isote di Maiorica, & Minorica, che alle volte hanno saccheggiate le biade nelle campagne, donde n'è seguita tal'hor gran carestia. Il cervuello del Coniglio mangiato conferisce molto à chi hauesse mangiato del veneno, ò fosse morsicato d'animal venenoso, il simile opera quella dell'odola.

Narra

Narra Marcello , che il coniglio abbrusciato in
 ia pignata con la pelle nel forno, cura la schiran-
 a, pigliandone vna dramma con decotto d'vua pas-
 illa.

La carne del capretto , è vna de' migliori, BENZO.
 ne siano trà le carni domestiche, & non hà se-
 alcuna mistione di malitia, eccetto che quã-
 o è molto propinqua al parto ; perche all'ho Capretto.
 essa hà in se vna viscosità , & humidità su-
 erflua , & mentre, che il capretto è grande, e
 rallo, la sua natural complessione secca, si cõ-
 empera dall'humidità sua naturale di sua età ,
 e per questo genera lingiero, sottile, e tempe-
 ato sangue ; questa carne non è conueniente
 quelli , che molto s'affaticano ; perche tosto
 i risolue, per la sua sottilità , & tenerezza del ,
 a sostanza del nutrimento , che si genera da
 quella.

E notto ad ogn'vno , che il Capretto nella Prima- BERTAL-
 iera è il più gusteuole , e sano , e di miglior nu- DO.
 rimento , che non è la capra , & l'hirco, come an-
 cor l'agnello per esser quei troppo duri, e secchi, e que- Capretto.
 to per la superflua humidità : Si lodano i grassi , e
 si acconciano in varij modi : mà il più sano è accon-
 ciarli bolliti con aromati : si lodauano quei di Melo,
 e noi in Piemonte quei del Marchesato di Saluzzo ,
 e vn Poëta così scriue .

De vibertino veniet pinguissimus agro .

Hædulus , & toto grege mollior , inscius
 herbæ .

Nec dū ausus virgas humilis mordere salicti.

Qui plus lactis habet, quàm sanguinis.

Sono buoni in ogni tempo, età, & complessione ,

T 3

massi-

massime à corpi temperati, e caldi, e humidi. *Ga-*
no nel libro de cibis boni, & mali succi, così di
Ex pedestribus animantibus suilla caro prob-
tissimus cibus est, deindè hædina, mox vit-
lina, & nel lib. att. vict. Hircine, & capri-
non vnde quaque laudabilis sunt alimenti;
arietes, etiam, & oues, agni que solis autem
hædis innoxie vtare.

Queste carni facilmente si digeriscono, e nutr-
scono poco: Bisogna che non siano ne tropo tener-
ne tropo grandi, e non deuono passar l'età di sei me-
si: sono più lodati i rossi, e quei di color glauco,
mà nucono à dolori colici. Il suo polmone mitiga-
l'vbbriachezza: Rasis le loda più l'estade, che ne-
l'inverno: fà poco escremento, si digerisse facil-
te, nutrisce bene, genera buon sangue, trà il cald-
e freddo temperato: conuiene à chi viue lautamen-
te: le coscie sono giudicate migliori. Il loro sang-
gioua alla dysenteria, e relaxation del corpo: il loro
fegato nutrisce assai. La loro frittura si deue man-
giar co'l sugo de limoni, e arancij.

PISANEL
LI.

Capretti.
Electione.

Sono più lodati i capretti rossi, & i negri
 che i bianchi, purchè non arriuanò à sei mesi
 anzi che siano di poco tempo nati, & anco lat-
 tanti.

Gionamenti.

Si digerisce presto, dà ottimo nutrimento
 conferisce alla sanità mirabilmente, & è an-
 co ottimo per gl'infermi, e per i conuale-
 scenti.

Nocumienti.

Nuoce a' vecchi, a' decrepiti, & à quei che
 hanno lo stomaco freddo, & acquoso, e à que-
 che molto si affaticano.

Rimedio.

Cuocendosi arrosto ben bene, e non aleffo-
 le

le parti di dietro, che non sono tanto humide, quanto quelle d'auanti.

E caldo temperatamente, & humido nel primo grado.

E buono per i giouani, & per quei, c'hanno lo stomaco caldo. *Tempi, Età, CompleSSIONE.* Mā nuoce à i vecchi, & à i flemmatici.

Si eleggono le carni de' Capretti per il buono nutrimento, che danno, mā si proibiscono le femine, ò veramente i maschi: c'habbiano molto tempo, perche l'vno ò l'altro è di difficil digestion, e di tristo nutrimento: e questi capretti nell'inuerno sono cattiu, nell'estate buoni, e ne gl'altri tempi mediocri. Et il nome di capretto non gli dura se non sino alli sei mesi. Mā quando allatta, la sua carne è molto temperata, e non è buona per chi molto s'affatica; genera sangue temperato, & è ottima per chi hà cattina complessione: la Capra dal Carpire hebbe il nome, che pascendo carpisce i virgulti: Nuoce il suo morso à gli arbori, massime à gli oliui, che diuentano sterili. Il basilico le fa impazzire, spirano per gli orecchi, e non per il naso.

Il sangue di capretto fresco, preso al peso d'un'oncia, con altrettanto aceto, ogni mattina, per tre giorni ferma il sangue, che viene per vomito dallo stomaco.

La carne di capra oltre, ch'è dura, e di natura secca, comparata alla natura dell'huomo, come vuol Galeno nel terzo de alim. Oltre di ciò, che genera sangue vitioso, hà in se vn'acrimonia più di quella del bue, *Capra,* fa vn sangue bilioso, se non si digerisce. Galeno ancor vuol, che si debba mangiar la loro carne più tosto fredda, che calda: il loro fegato

T 4

gene

genera l'epilepsia, come ancor quella de Hirco. I
sua carne nutrisce assai; perciò Clitomacho Cartagi-
nese scriue, ch'vn certo Athleta Thebano vince
tutti gl'altri di forze; perche mangiava di questa
carne, è valoroso il sugo di questa carne, e tenace
perciò dura molto tempo nel corpo: mà se gli spuz-
zaua il sudore: mà le carni d'agnello, e di por-
co, se nel corpo restano indigeste, per la loro gras-
sezza facilmente si corrompono, come vuol Athe-
neo.

Hirco.

La carne ancora dell'hirco, ò sia becco, è fe-
tida di mala digestione, e catinissima per genera-
buon sugo; perciò trà tutti questi sono migliori i ca-
strati. La loro carne hà poca humidità, e pituito-
sa, e lenta, e nuoce grandemente per la durezza,
e per la difficoltà nell'alterarla. La carne del becco
seluaggio genera la quartana, e peggiore questa,
che la caprina, come vuol Isaach, ancor è pessima,
quando v'è in'amore, che spazza, che non si può
sentire, si deuono castrare quando non hanno ancor
usato il coito; perche se gl'emenda il suo tempera-
mento. Plinio dice, che non spazzerà la loro car-
ne se quel giorno, che si deuono amazzare, se gli
darà à mangiar del pan d'orzo, e dandoli à beuer il
laser distemperato nell'acqua. I loro testicoli sono
biasmati da Paolo Aegineta. Il suo fegato genera il
mal caduco. I Portughesi lo mangiauano, e lo sa-
crificauano à Marte.

*Capra seluag-
gia, ò sia ca-
moso.*

La capra seluaggia, qual vien copiosa ne' nostri
Alpi, e stà ne' luoghi precipitosi, e difficili all'an-
darui, e si nutrisce d'vn'erba, qual chiamano Cha-
mosina copiosa nel monte vessulo, vien amazzata
con gl'archibuggi, e dentro à loro stomaco massime
ne'

nelle vecchie si riuouano pietre tōde simili al Bezzuar, quali più volte hò veduto biancheggianti, e più tenere d'esso, delle quali se ne fatto esperiēza, e sono quasi di simil virtù. La carne di questo animale, e di natura di quella di capra: ma più saporita, e massime i piccioli, i quali non sono di cattiuo gusto: vanno a' gregi, massime l'inuerno, e non è tanto malla, come quella di capra, astringe, genera sangue melanconico: Della grassa di questi animali l'vsano gl' Alpini ne' clysteri, come facciamo ancora noi di quella del becco, per curar la dysenteria, e ne fanno ancora fritelle con vn'herba domandata d'essi herba Rotta, ch'è vna spetie di eupatorio Alpino, ò vero come altri vogliono, che sia vna spetie di Gnaffalio, e questo cibo lo danno à mangiar à chi patisse flussi di corpo longhi, & alla dysenteria hepatica.

Nella val d'Hosta pigliano poi l'Ibis d'essi chia Bochstein, ò Ibis. mato Bochstein, ò Boucestain, e da Tedeschi Stein Bock, questo stà sù l'alte cime de' monti, oue stà quasi sempre la neue, e S. A. di Saouia ne hà nutrito vno per molti anni, quì in Torino, e la femina la domadano ybschen, ò ybschgeiss. Questo animale è di natura delle capre seluaggie, hanno ancora nel loro stomaco il Bezzaar, massime quando si nutriscono delle radici del volgar doronico, vtile à molte infermità, come ben lo scriue il Bauhuino nel suo trattato de lapide Bezzartico. Il sangue di questo animale è miracoloso nel romper le pietre nelle reni, e vesicca, pigliano vna parte di sangue d'Ibis, e sei di vino apiato (cioè mosto, nel qual vi sia ancora il seme dell'vna) parti sei, si fanno cuocer tutto insieme, e si conserua, e danno à beuer di questa beuanda tre giorni à mezzo giorno, e la sera nel bagno

298 REGOLE DELLA SANITA.

gno, e se questo non opera non v'è altro rimedio, che il taglio, massime à quella della vesicca. Se pur fosse vero, quel che scrive Marcello empirico del sterco di questo animale, qual mostra à farne vn medicamento, che in 7. giorni libera l'huomo dalla sciatica, e artetica, ogn'vn douria cercar d'hauer tal rimedio per liberarsene, e dice che Ausoni Medico si risanò lui e molti altri con simil remedio. Vedi Marcello, & il Gesnero nel lib. I. de animalibus. Il Testore gli dà questi epuetti.

Aegoceros, humidus, gelidus, celer.

Corniger, vduus, niuosus, laniger, hirsutus,

Fetosus, auritus, horrendus, atrox.

Tropicus, aquosus, rigens, imbrifer, minax, frigidus, vrniger.

Dama.

Di simil natura sono la Dama di Plinio, la Dama de Moderni: il pygargo, il strepsicero del Bellonio. Il Tragelapho, ch'è vn Hirco con la testa di ceruo, e il Tragelapho del Bellonio.

BENZO.

Motoni.

La carne de' motoni castrati, è miglior che la carne de gl'agnelli, genera molto, & buon sangue, è calda, & humida, & quasi declina à temperamento, come fosse giouane: li decrepiti, come habbiamo detto di sopra sono pessimi.

BERTALDO.

Motone.

La carne di motone è assai lodata in Francia, & massime in Provenza; perche mangia il Thymo, serpillio, pollio, & altre simili herbe: nel Piemonte; perche mangia herbe de palludi, ò deprati, che si adacquano non è sana, la parte più sana sono le coscie arrostate collardo, e con li rami di rosmarino, & salvia. In Francia la danno alli suoi ammalati, & dicono, che non graua lo stomaco; & ma

muone

muoue nausea, & il Quercetano scriuendo di detta carne, dice Tanta enim est eius præstantia, vt statim vires reficiat, & singularem suam nutriendi facultatem, habitum corporis macilentum, ex alui immoderatis floribus, lienteria, & dysenteria, alijsque affectibus contractum breui, restituat, præsertim si ex coxa veruecina, iusculum, aut expressum, cum modico eiusdem carnis, & pane infriato, subindè sumatur, quod cibi potusque absoluit officium, & adhuc gratius erit sapore, si succus limonum, aut arantiorum addatur. Ma come habbiamo detto, li motoni del Piemonte fanno effetto tutto contrario di quel, che dice il Quercetano.

Il moton poi d'un anno, come habbiamo detto, è come vuol il Fiera.

Annulus placeat, vel sit sine testibus agnus.
Pinguior est hædo: quum latet olla vires.
Hunc amo si duri per pascua montis anhelat.

Maluero si auri vellere diues erit.

Hà la carne temperata, non humida come quella dell'agnello, è calda e humida temp. se ben superi alquanto l'humidità, si cuoce aleffo, e le spalle, e coscie si arrostitiscono, si salano, e si seccano ancora all'aria, per uso di tutto l'Anno. Se ne fa gelatina, e pastiti: noi gl'usiamo rostiti con salvia, rosmarino, e aglio: se ne fa de' piedi gelatine bonissime.

Che sia tanto giouane, che non passi l'anno, e che sia fatto d'agnello, e non di caprone.

Genera buono, e molto nutrimento, perche la loro calidità è temperata, & è appropriata à gl'infermi.

PISANEL
LI.

Electione.

Gionamenti.

Nuoce

Nocuenti.

Nuoce quando la carne è di castrato vecchio, perche hà difetto per l'età, che si fa secca, e per il mancamento de' genitali.

Rimedio.

Lasciandosi di vsare la carne de' vecchi, e prendendosi quella de' giouani, mangiandola cotta aleffo con herbe aperitiue, e cordiali, come petrosello, melisa, calendula, e bugolofa, & simili.

*Gradi.**Tempi, Età,**Compleffioni.*

E calda, & humida temperatamente.

Conferisce in tutti i tempi, tutte l'età, & à tutte le compleffioni, in tutti i paesi.

Se i castrati sono giouani d'un anno, la carne loro è molto buona, e conueniente per li sani, e per gli infermi: come approuano tutti i Medici: perche genera buono sangue, e presto si digerisce: mà bisogna auertire, che non siano vecchi, perche la loro carne si dissecca, si per l'età, come per il mancamento de' testicoli. La carne de' Castrati giouani conferisce à tutte le compleffioni, à tutte l'età, & à tutti i paesi; perche hà virtù trà l'altre di mantenere gli humori in temperamento, & eguali. Auertendo che siano agnelli, e non capretti, che si castrino. I Latini lo chiamano, Veruex, & Sectarius, si chiama quello, che va in anzi per guida de gli agnelli. Si vsa comunemente cuocere questa carne in varij modi per l'uso de' sani: & in spetie i quarti di dietro coti arrosto con rosmarino, & aglio diuengono molto saporiti: mà prima conuiene che siano molto ben battuti con i bastoni.

I castrati sogliono dar buon nutrimento al corpo, massime se saranno giouani d'un anno, grassi, & nutriti in luoghi alti, & ne' pascoli, che sogliono produr buon'herba, come in Francia, perciò si danno com-
mune-

REGOLE DELLA SANITA. 301

munemente da quei Medici à gli amalati, come credo anco che si facci in Spogna, trouando scritto appresso Auerroë dottor di Cordoua, che la carne di castrato tiene il secondo luogo appresso il capretto; benchè Galeno voglia, che sia quella del Viello, forse giudicando, secondo le qualità de' paesi, oue si pascono.

Trouasi appresso i naturali, che messe le corna del castrato in vn fosso, oue siano prima piantate radici di sparaghi, ne produrranno in gran copia, bontà, & bellezza, & se saranno sepolte alla radice del fico, produrrà i fichi maturi auanti il tempo.

Gl'agnelli se ne mangia nel Piemonte assai nel- BERTAL-
l'inuerno, abbonda più d'humidità, che di calidità, DO.

e Galeno nel lib. de cib. bon. & mal. suc. così dice
Ex pedestribus animantibus suilla caro proba-
tissimus cibus est: deinde hædina, mox vituli. *Agnello.*

na: agnina verò humida, tum lentorem, mu-
coremque in se habere censetur: Agni carnem
habent humidissimam, ac pituitosam, ouitum
verò excrementosior est, ac succi deterioris.
Agnorū esus propter insignem humiditatem
est fugiendus. Carnes quadrupedum recens in
lucem æditarum, omnes mucosæ habentur,
ac præcipuè, quæ suaptè natura humidiores
sunt carne, vt agni, & sues.

La carne dell'agnello è vn poco calda, è humida,
& escrementosa; perciò nuoce à chi è di natura humi-
da, e gioua à quei che sono di natura seccha, si bias-
mano i tenerelli; per esser troppo humidi, e così più
difficilmēte si digeriscono, si biasmano ancora gl'ani-
mali di fresco nati; perche per la loro viscosità dif-
ficilmen-

facilmente si digeriscono, e per assa ancora presto descendono dallo stomaco. Si deuono preferir quelli d'un anno, come habbiamo detto de' castrati, è utile à sani, e robusti; inutile à infermi: perche presto descende, e genera l'alimento fluido: sono più facili à corrompersi, che il capretto: Si lodano più tosto rostiti, che bolliti: Atheneo dice che in Athene fù prohibito il mangiar l'agnello inanti che fosse tonso per la penuria.

Musmone, il musmone di Sardegna hà la natura delle capre seluaggie.

PISANEL LI. Che sia maschio, che sia d'un anno, vicino al tempo del coito, che così perde l'humidità naturale, e non si mangi d'inuerno,

Agnello. Dà vn'ottimo, & copioso nutrimento, e contra l'humor melanconico, e gioua à quelli, che sono di calda complessione.

Nocuenti. La carne dell'agnello giouane lattante nuoce molto à i flemmatici, e genera viscosità nello stomaco, perche hà in se souerchia humidità.

Rimedio. Non s'vsi se non d'un anno, e cuocasi arrosto con rosmarino, aglio, saluia, garofani, & altre cose calde, che disseccano l'humidità.

Gradi. E caldo nel primo grado, & humido nel secondo, mà il lattante è humido nel terzo.

Tempi, Età, Complessione. E utile ne i tempi caldi à i giouani, & à i colerici. Mà nuoce nel tempo freddo all'età, e complessioni fredde.

Tutta la carne pecorina femina genera malissimo nutrimento, mà i maschi sono lodati, quando hanno finito l'anno, perche quando nascono sono
souer-

uerchiamente humidi , e però all'hora sono dan-
osi , perche generano assai viscosità : mà quando
assano l'anno; si è consumata l'humidità souerchia,
sono ridotti ad vn conueniente temperamento : e
erò sono assai conformi alla natura humana, confe-
isce ne' tempi caldi , & ne' paesi caldi , & à quei ,
he sono di colerica , & adusta complessione : sopra
utto non si mangiano ne' tempi freddi . Il vento
Australe fa ingrauidar le pecore di semine , e
Aquilonare di maschi. Gli agnelli subito nati cono-
cono la madre , e con quella lasciualemente scher-
zano .

La pelle dell'agnello , ò di pecora , che siano di
fresco scorticati , gioua à leuar i segni , che si fan-
no al corpo per le battiture , iui rimasti .

La carne di peccora non è usata solo da gente
ville, c'habita nell'Alpi , e Galeno nel terzo alim.
Caro leporis, quidem gignit crassiores, sed
melioris succi , quàm bubula , & ouilla , &
poi , Agni carnem habent humidissimam , ac
pituitosam : ouium verò magis excrementitia
est , ac succi deterioris : Dice poi in vn' altro luo-
go , che la pecora è buona la Primavera quando si
nutrisce di teneri herbe , e la capra l'estate , quando
si nutrisce di germi de frutti . E fredda , e
genera sangue melanconico , e crasso , riempie il ca-
po , genera escrementi assai , e miglior quella d'vn'an-
no , la vecchia è più pessima al digerirla , e di più
mal sugo ; massime à chi hà lo stomaco pituitoso.
Hipocrate dà queste carni , quando sono tenere alle
donne , c'han ulcerata la matrice : hà vn sapor in-
grato , buona sola per rustici , e montanari : Et sala-
ta da Inglesi si acconcia con aromati .

BERTAL-
DO .

Pecora .

L'a-

L'ariete.

L'ariete tanto nel digerire, come ancor per generar buon sangue è cattiuissimo, come ancor i tori: Auicenna dice ch'è più escre mentosa, che la Hircina. L'arietina è più forte, e manco humida, più di difficil digestione, che quella di peccora: I giuueni sono meno humidi, e meno viscosi, e la loro carne si preferisce alla carne dell'agnello, e di peccora; perche se ben si digerisse genera lodabile, copia di sangue, massime de castrati, qual è calda, humida temperatamente; perche si refrigeran per la castratione, e non per l'età. Isaach loda più quelli d'un anno, che non i piccioli lattanti, per non esser tanto humidi, e manco secchi de gl'altri: perciò dice che la loro carne è migliore, e più digestibile e genera miglior sangue: utile a giouani di natura calda, e secca, e che habitano nelle regioni calde e secche. Atheneo dice ch'è Eubulo Atheniese, recita trà i cibi più delicati i *Kpiv opxevs*, cioè i testicoli d'ariete. I Tedeschi ancora gl'acconciano diuisi in quattro parti, e infilciati in vn bastoncino, e inuolati nell'omento, gli cuoceno sopra la graticella. Il polmon vecchio salato difficilmente passa, e con gran difficoltà è superato dal ventre: Arnaldo di Villanoua, dice che la medolla Arietina leua la memoria, & che il suo antidoto sono le carni del fagiano.

BENZO.**Bue.****BERTAL-****DO.**

La carne bouina è fredda, & secca, di difficile digestione, & genera grosso, torbido, e melanconico nutrimento, e preparatiuo di febbre quartane, nuoce a rognosi, & leprosi. Abbondantissimo è il Piemonte de boui, non solo per uso de' cibi: mà ancora per l'uso di coltivar i campi, condur i carri, e l'Artaglieria nel tempo di Guerra

REGOLE DELLA SANITA. 305

uerra, & ne hanno in tanta abbondanza, che gli
 grassano, & poi gli vendono à Milanesi, e Ge-
 uesi, à Nizza di Prouenza, & altre parti
 Italia, & con essi si fanno ricchi i Villani, & si
 vendono sino à 50. scudi d'oro, e più l'vno: Di ra-
 ingrassati si mangiano nel Piemonte, e non ce-
 no in bontà à quelli d' Hungaria, Transiluania, &
 ghilterra: Si lodano i gioueni ingrassati chiamati
 noi manzi, i quali sono d'vno ò 2. anni dopò la loro
 stratione, i vecchi ritengono la natura della carne
 animali vecchi: salano la loro carne nell'inuerno
 per vso di tutto l'anno, come ancor quella di vacca:
 a carne di bue ingrassato, è di gran nutrimento; *Vaccha.*
 erche genera copia di sangue molto crasso, e melan-
 conico; perciò è nociua à melanconici, e genera in-
 fermità melanconiche, è ancora di difficile digestione,
 massime la vecchia, & il rimedio è di prepararla con
 aromati allio, ò vero condirla (come vuol Mar-
 lio Ficino nel libro de vita coelitus comparanda,
 ue per la sanità non biasma le carni salse, condite
 on gl'aromati) lasciandola prima tre giorni nel-
 acqua salata. e poi cuocerla, e così per il sale non
 i corrompe: mà douenta tenera, friabile, più pron-
 a à digerirsi, & al gusto più soaue: E buona que-
 la carne per i robusti, & per chi s'affatica molto,
 & il gran Turco sempre ne vuole à sua tauola, co-
 ne ancor dicono, che faceua l'Inuitissimo Carlo V.
 mperatore. La crassezza del suo sugo offende la
 nilza; recetacolo della melanconia: La vnde ven-
 ono poi l'ostrutioni d'essa, e per conseguenza la
 achexia, e l'hidropisia, e infermità melanconiche,
 e queste carni tanto come vincono nella crassezza la
 porcina, tanto questa la vince di lentore, e si come il
 V porco

Eta.

porco si deue pigliar quando è nella sua florida
 così ancora il bue : si deue elegger che non s'ac
 ancora alla fiorita età ; perche il bue è di tempe
 mento più secco , che non è il porco : perciò si lo
 nell'adolescenza , perche perde l'humidità
 turale , accostandosi alla giouennù ; perciò il vit
 h'ile carni più prone à digerirsi , si come il capr
 to al capro , e sono migliori ancora le carni di que
 animali , quando mangiano l'herba , ch'è in suo
 gore , si come la capra , quando i germi delle pie
 te sono abbondanti , e in suo vigore ; perciò lo
Qualità. Galeno il bue , la pecora di Primavera , e la capra
 dell'estate , & il bue nell'inuerno , dice che douen
 più magro , e per questo sono biasmati d'esso
 quel tempo : mà credo che Galeno parli de' boui , c
 sempre stano in campagna ; perche i nostri ingra
 sati alla stala nell'inuerno sono eccellentissimi . Ar
 teo dice , che riempie il capo , e Auicenna , che fa v
 nir false imaginationi , come tutte le carni gross
 tardi descende , e astringe per esser essiccante : Si d
 uono mangiar più tosto cotte alessa , che rostite .
 rami del caprisco minucciati , e cotti con queste ca
 ni le inteneriscono , e la rendono facile al digerirle
 e nucono à chi patisse di polmone : à gl'hetici , e con
 sumati nel terzo grado : alla matrisce vlcerata : al
 l'epilepsia . La carne di bue salata tagliata minuta
 mente , e mangiata con l'aceto incita mirabilmente
 l'appetito : la carne di vaccha , è di simil natura
 mà alquanto peggiore della bouina , e questa le man
 giano i Genouesi , e Nizzardi si loda ingrassa
 ta , e giouene : le vecchie sono cattive .

Tori.

Gl'Aegyti mangiauano i Tori , e non le vac
 che : di queste carne così scriue Galeno nel terzo
 alim.

im. Hircorum caro tum ad coquendum, tum
succum bonum generandum, est deterri-
a: hanc sequitur arietum: post Taurorum:
porro ijs omnibus carnes castratorum sunt pre-
antiores: vetulorum autem pessimæ, tum ad
coquendum: tum ad succum bonum generan-
um, tum ad nutriendum.

PISANEL

Che sia più giouane, ch'è possibile, e che sia
rasso, & auezzo all'aratro, ò ad altro conti-
uo, e potente essercitio.

LI.

Bue.

Elettione.

Giuuamenti

Dà grandissimo nutrimento à quei, che
molto s'affaticano, e generalor molto sangue,
magna il flusso colerico.

E di pessimo nutrimento, fa sangue grosso,
ardissimo si digerisce, genera varici, & ogni
altra infermità melanconica.

Nocumenti.

Deuono gli huomini delicati, & otiosi fug-
gerlo à fatto, e gli essercitati chel'v'fano lo'pon-
gano nel sale per 24. hore, e poi lo cuocano
assai.

Rimedio.

E freddo in primo grado, & secco nel se-
condo.

Gradi.

E buono ne i tempi freddi, che sia ben frolo
per i giouani, & quelli molto s'affaticano.

Tempi, Età,
Complezioni.

Il bue è di natura melanconico, mà quando è vi-
cino alla natiuità, hà più dell'humido. Così anco
l'essercitio grandemente la carne più saporita: mà
in generale parlando la carne bouina quanto più in-
ueccchia, tanto più si deue fuggire: perche apporta
infinite infermità, come quartana, mal di milza, &
altri melanconici mali: mà per quei che s'affaticano
assai, è conueniente. La vacca magra meglio, s'impre-
gna, e però douendosi dare al Toro, si fa stare vn

V 2

gior.

308 REGOLE DELLA SANITA.

giornò senza mangiare, & i Tori per contrario satiano di molta pastura. Il Bue è compagno de l'huomo nell'opere rusticali, & è ministro di Cerere. Il primo che l'amazzasse fù Prometheo. La Vacca sterile si chiama da' Latini Taurra, e la progena si nomina Horda.

Il bue che non si può domare, si renderà mansueto, se sarà legato con vna fune di lana.

BENZO.

Vitello.

La carne vitellina, per la temperanza de l'età, come sopra si dicea, e quasi d'un buon è temperato nutrimento.

BERTAL-

DO.

Vitello.

Habbiamo più volte detto, la carne de animali gioueni esser più humida, e molle, e la vecchia più dura è secca, così è il vitello: perciò è più facile al digerire, che non è il bue; specialmente quando è vicino a spontar i corni, e che si nutrisce di latte: i vitelli piccolini tenerelli, per la loro viscosità non sono così lodati, e sono più difficili a passare, come sono quelli, che si mangiano à lurea chiamati sanat, e questi si deuono rostire; per consumarli la superflua humidità: il vitello come vuol Galeno nel libro de cibis boni, & mali succi, vuol che il vitello, e capretto siano più celebri nella adolescenza; per l'humidità, che in se ancora ritengno, e dell'agnello, e il porco quando sono nell'età fiorita. La carne del vitello è temperata, nutrisce assai, si concede tal volta gl'infermi, se ne fa consumati, e sugo d'esse carni: nutrisce molto, e non graua lo stomaco: facilmente si digerisce, e cibo buono per temperati, e caldi di natura: Il Guaynero la loda dal secondo sino al quarto mese, & il Crescentio dopò 15. giorni: ma è ancor troppo viscosa, e Gio. Battista Fiera così scrue.

Qualità.

Assiduos

REGOLE DELLA SANITA. 309

Affiduos habeant vitulum tua prandia in
vſus .

Cui madida , & ſapida iuncta tepore caro
eſt .

Si mangia cotta, aſſo, roſtita , ſtuſſata, in paſti-
, torte , e acconcie con aromati in vari modi, &
mangia talhor con la ſaſſa , ſi concede in ogni tē-
, e ià , & ad ogni temperamento . S. A. di Sauo-
ſi mantiene ſano , pigliando ſempre al principio
l paſto vna ſcudela di ſucco di vitello , fatto della
ſcia: la più ſaporita parte, è la punta del petto do-
ſono le coſte mendoſe , e poi le glandule . Del Buſſalo.
Buſſallo così ſcrive Gio. Battiſta Fiera .

Bubalus hinc habeat, néue intret prandia
noſtra .

Non edat hunc quiſquam, ſub iuga ſemper
eat .

Queſta carne ſe ben ſia bella , quando è cruda ,
non reſta poi così quando è cotta , non è di buon ſa-
ore , e genera vn ſangue craſſo , e melanconico ;
erciò non è lodata .

Il Buſſalo ſeluaggio d' Affrica dicono ch'è ſapo- Buſſalo d' A.
ito : è di natura quaſi ſimile ſono i boui ſeluaggi frica.
l'Italia , e di Mon pelieri, chiamati Beuf brau , e gli
pigliano con arme d' aſta à cauallo .

La carne del Biſonte è lodata nell' eſtade, à l'odor Biſonte
dell' aglio ; perche ſi nutriſce d' Alliaria, & è tenu-
a in gran conto . Si ritrouano queſti boui nelle ſe-
ue di Lithuania , Pruſſia, e Moſchouia: Dicono che il
ſangue di queſto animale è più roſſo del ſcarlato , e
preſto ſi corrompe , etiamdio nell' inuerno , biſogna
ſubito dopò ch'è morto cauarli gl' interiori ; perche
altrimenti ſi corrompe , & è tanto caldo queſto ani-
male

male, ch' il ferro co'l qual è amazzato si piega tutte le parti, come fosse piombo.

Bifonte.

Celebratissimo ancora, al gusto è il Bifonte bianco di Sconia, qual sta nella selua Castendar, ò Cedar, ch' à la luba, come vn Leone, & è molto feroce, & con difficoltà si domestica. Come ancor

Bonaso.

Bonaso, che hà la luba, & i corni recuruati, qual ne fa mention Aristotile, et è di faterza d'vn Toro, più grosso di qual si voglia sorte di bue seluaggio, con i corni grandi, e dicono che Philipppo di Macedonia vccise vn di questi animali al piede del monte Orbelio in Macedonia, & i corni erano di longhezza *εναυαίδενξδωρα*, cioè di 16. palmi, mà il Gesnero dice ch' hauendo i corni riflessi non esser conueniente questa misura.

Bue seluaggio.

Saporatissima è la carne del bue seluatico di Lybia, e de molti altri dell' India. Grande ancora stima fanno i Polachi del Thuron Masouitico, simil al bue domestico: mà più bello, e fanno gran stima del l'osso, ch' è nel mezzo del cuore, e d'vna pelli- cala sopra la fronte, qu'il mandano al Rè. Dicono che Sigismondo Rè di Polonia mandò, come cosa pretiosa di carne salata del Thuro à Carlo V. Di simil natura, e l'vno, ò vrox di Lithuania.

PISANEL

LI.

Virello.

Eclerione.

Giuamenti.

Che sia lattante, nato di pochi giorni, e di madre che habbia pasciuto in ottimi pascoli.

Dà grandissimo nutrimento, e genera ottimo sangue, particolarmente conferisce à chi fa molto essercitio.

Nocumenti.

Con tutto ch' egli sia tenero, nondimeno perche è di grossa sostanza per natura nuoce à gli infermi, & à i conualescenti.

Cuocen-

REGOLE DELLA SANITA. 311

Cuocendosi in compagnia di galline, ò cap- *Rimedio.*
oni grassi, perde quella grassezza, massime
onendosi seco il petrosello.

E temperato in tutte le sue qualità.

Gradi.

E buono in tutti i tempi, à l'età, & à tutte le *Tempi, Età,*
omplexioni. *Complexioni.*

Le carni giouani de gl'animali, che per natura
no si cchi, sono molto temperate; perche l'humidi-
tà dell'età contempera la siccità della complessio-
e naturale. Il uuello che non prende latte, è più
uono per la sanità, mà meglio è il lattante, quan-
to è più vicino al nascimento per gl'infermi non è
uona nessuna sorte di vitella; perche gli stomachi
anguenti non bastano à smaltire quella grassezza
hà in se per natura; mà per li sani è ottima per
onseruare la sanità, e quanto hà manco tempo, tan-
to è migliore, mà ricerca esercizio. Quattro sono
l'età del genere bouino, la prima è de i vitelli, la se-
condo de' giouenchi, la terza de' boui nouelli, la
quarta è de' vecchi; per mettersi sotto il Toro: la vi-
tella deue hauere due anni, accioche partorischa al
terzo. Il genere bouino l'estate ricerca il bere due
volte il giorno: & l'inuerno vna sola volta. Questo
nome di vitella ci da ad intendere quasi, che ci dia
la vita ella, cioè à i corpi sani.

La carne porcina, si varia in bontà, e mali- *BENZO.*
tia, come l'altre carni, secondo la variatione *Porco.*
dell'età, essa è molto humida, e viscosa, il suo
nutrimento è buono, & è molto conueniente
à corpi robusti, più ch'alli delicati; perche è
di tarda resolutione, per la sua viscosità, noce
à paralitici, à gotosi, & à quelli c'hanno do-
lor de fianchi, & della pietra, & delle renel-

V 4

le, ò

le , ò vero della vesica ; mà la carne porcina seluatica è più lodeuole , essendo giouane, come di sopra habbiamo detto .

BERTAL-
DO .
Porco.

La carne porcina è proibita nella legge Moisaica à gli Hebrei, come si legge nel Levitico alli 11. e nel Deuteronomio à 14. perche è animal sporco, che non ruminà: Eleazaro volse più tosto morire che mangiarne, come ancor si legge de' 7. fratelli Machabei con sua madre, che volsero morir ne' tormenti più tosto, che violar la lor legge: se ne asteneua Heliogabalo, come ancor i Fenici. Le donne di Barca in Africa non ne mangiano, come ancora della vaccina: se n'astengono gl' Egitij, come dice Herodotto: gl' Arabi Sceniti, come ancor gl' Indiani, & tutti quei che seguitano l'empia dottrina Mahometana: vsitatissima è in tutta l'Europa, e massime nella Vuestfallia, che quasi d'altro non viuono, e mandano i loro salami in molte parti. Bianchi, e rossi sono in Francia, e negri in Piemonte, e son più saporiti. La carne porcina è cattina, quando è cruda, ò bruggiata; perche fa collera, e turbationi, e Hip. nel lib. de rat. vict. in acut. dice Suille (*ὕεια*) autem optimæ sunt omnium carniū, sed præstant etiam ex his, quæ non vehemēter pingues sunt, neque tenues, neque veteris victimæ (*ἰερείς*) ætatem habent: Edere verò oportet absque pelle, & subfrigidas. E facile à digerire la sua carne quando è di mezza età, & è molto soaue al gusto, genera buon sangue: si biasma la vecchia, e la troppo giouine; perche essendo questa carne di sua natura molto humida, tanto più sarà quādo è piccolo; perche all' hora hā molta pituita: perciò in quella età si fanno arrostiti integri, in-

lardati

lardati con salvia, e rosmarino, e si deuono ben salare, e mangiarne in poca quantità. Hip. ancora biasma la carne di porco troppo grassa; perche la grassa manco si digerisse, e nutrisce, che la loro carne: Non la vuol poi arrostita; perche per l'assatione acquista acrimonia, e genera colera, e questo è vizio commune de' cibi humidi, e acri, che corrompendosi con la loro acrimonia morsicano la bocca dello stomaco, e fanno deriuar al ventre gl'humori da tutto il corpo: proibisce la loro pelle, è vuol che si mangiano scorticati, per esser di natura fredda, & di difficil digestione: La vuol poi fredda: perche non così facilmente s'infiamma, e non infla. Celio Aureliano la biasma à gl'Epileptici, se ben Paraxagora la conceda in simil infermità, e Galeno nel terzo de alim. facul. così dice, Suum caro potētissimè nutrit: E si come la carne bouina supera questa nella crassezza, così questa supera essa nella lentezza. Dice ancora l'istesso, Cæterum ex suum carnibus, hominibus quidem etate florentibus, fortibus, & qui se multum exercent, suum ætate florentium carnes ad coquendum sunt præstantiores: alijs vero: Suum adhuc incrementum, porrò quemadmodum ex suis qui ætate sunt florenti, ijs iuuenibus qui bono sunt corporis habitu conueniunt: sic et bouū, qui nondum florentem ætatem attigerunt. Bos enim temperamento est quàm sus multo siccior: quemadmodum, & vir ætate florens quàm puer.

La carne poi del porco vecchio non è così humida, & alcune volte è secca, come vuol l'istesso Galieno, & nel lib. de at. vict. rat. Ex pedestribus animantibus suilla caro probatissimus cibus est, Porco vecchio.

est. Vuol ancora, che questa carne quando ben si digerisce, che il suo sangue generi probatissimi humori: ma c'ha in se vn poco del glutinoso; perciò opila alquanto il fegato, e la milza massime à chi hà i meati stretti: se ne deuono astenersi quei che vogliono il viuer essiccante.

Celso.

Il Celso dice, che hà la carne lingiera, e che l'unghe, labij, orecchij, ceruello, sono alquanto più lingieri, e che pono tener il mezzano luogo, e queste medeme parti cō i trōcoli, vulue trà i cibi di buon sugo, e gioueuoli allo stomaco le annumera. Il Platina dice, che tanto fresca, come salata se ben soaue algusto, esser sempre pernicioso, e di cattiuo sugo. Auicenna dice, che il suo sangue è simile al sangue humano. Auerroë ancora se ben Maometano la preferisce à tutte l'alre, per hauer molta conuenenza con la carne humana: è nociua perchi hà lo stomaco humido, massime non salata; perche rilassa, e lubrica. Quando non si digerisce genera corruitiōi: Il più lodato porco è quel nutrito con li fichi, & altri dicono doue mangiano le cana melle, c'hanno la carne saporitissima, et à noi cō le giandi, farina di melliga, millio, formentone, panico seluaggio, crusca, e segalla, & altri simili: deue ancor esser castrato.

Auerroë.

Nocimenti.

Genera questa carne lepra, strume, è cattiuo, come vuol Hip. alle donne ch'hāno la matrice vlcera-
ta. Humetta il ventre cō l suo humor viscoso: i porcelli piccioli facilmente si conuertono in cattiuu humori, in putredine, massime nello stomaco ripieno di cattiuu humori, non è nociuo à stomachi galiardi, quando si digerisce bene; mà al contrario genera viscosi, e flemmatici humori, e mali nati da esso, come po-

me podagra , dolori d'intestini, Iliaci, colici, pietra nelle reni , paralyfia , e simili mali secondo la natura , e temperamento di chi li mangia . Gli vecchi, e la femina, quando hà partorito per la loro durezza , & freddezza fà cascar l'huomo in melancolia, e febrì longhe , come quartane : Raro si deue vsar del porco domestico, et trà le loro parti si lodano l'estremità, i piedi , e i gamboni; perche queste parti sono più essercitate dell'altre. Ch'vsa queste carni deue far essercitio , la deueno schiuar gli otiosi ; per la copia d'escrementi , che genera , e meglio vsarla gl'inuerno . Nociuissimo ancora è quel ch'vsa il coito, e la femina dopò, che s'è congiunta co'l maschio, più cattiuu ancora è la carne chiamata masselo, cioè lazarosa , ò glandulosa , qual hà la carne tutta piena di glandule à modo di strume, qual escita molte infermità , & è di pessimo nutrimento . Se ne fà del porco varie sorti di viuande , come del più magro, mettendoui sal, e pepe, con pezzi di grasso, tagliati minuti in quadro, se ne fan paste chiamate sopra-
Soprasali.
sali, & incitano l'appetito , tanto mangiati crudi, come cotti , ò fritti dentro della padella , con saluia, & sugo di limoni , ò aceto . Della meschia se ne fà la salziza, co'l pepe , e sale, ò come fanno i
Salziza.
gregari con grana di fenocchio dolce, & si mangia fresca alle tauole de' grandi , come ancora conseruata , co'l suo grasso, ò oglio ; mà non è poi di tanto buon nutrimento: si lodano le mortadelle, che si fan-
Mortadelle.
no delle parti più sanguinose, & massime di quelle delle fauci, mettendoui d'ogni sorte , de specie aromatiche , & sale . Fanno il ceruellaio della carne
Cervellato.
più grassa, mettendoui di formaggio antico , rossi oua, & specie aromatiche, & sale, & copia di
Zafra.

Zafrano.

zafrano, & questa si mangia in rotelle inuolte con la pelle del messenterio, ò vero, come si fanno ancor delle sopra scritte, rinchiuse dentro le budella ben purgate. Queste preparationi correggono la carne

Virtù.

del porco, & la fanno conseruar più longotempo, & non offendono tanto le viscere naturali. Il lardo del porco rende più saporite tutte l'altre viuande.

Lardo.

Carne di porco simile all'humana.

Galeno.

Galeno dice, che la carne del porco, è simile alla humana. Così scriuendo nel terzo de alim. facult. Sulle autem carnes similitudinem cum humana, ex eo poteris intelligere, quòd nonnulli carnes humanas, pro suillis exhibitas, ab hospitibus improbis, sine vlla in gustu, vel olfactu suspitione comederint, meritò igitur porcellialimentum nobis præbent, tantò magnis suis excrementosius, quanto ipsis sunt humidiores, ac meritò etiam minus nutriunt. Nam alimētum humidius, vt distribuitur, ita etiam discutitur longè celerius.

Lardo.

Il lardo, che si fa nel mese di Decembre, è caldo, e humido; mà non tanto com'è la carne porcina fresca, si mette in tutte le viuande per darli sapore, & humetta gl'animali che sono di natura secchi: fritto nella padella, si mette soura le carne d'animali rostiti, & gl'imprime della qualità d'esso: Si mangia poi così fritto, e secco con salvia, e cose acide per incitar l'appetito: Il suo grasso è di natura del lardo.

De' piedi, & estremità, e parti cartilaginose, ò membranose cotte con l'acqua, & aceto se ne fa geladina aggiongendoui zuccaro, ò melle, & aromati qual'è molto delicata, & incita l'appetito, e di queste carni se ne fa vna viuanda simile alla pietra meschia

REGOLE DELLA SANITA. 317

meschia mondandole dell'ossa, & inuoltandola in vna peia, e così posti sotto vn stretoio, che si vniscano ben insieme, e poi si tagliano à fette, & si mandano à grandi, & è cibo molto gusteuole, & usato da S. A. di Saouia nell'inuerno, & è di qualità freddo, & astringente, incita l'appetito.

Che non sia troppo vecchio, ne troppo picciolo, mà nell'età della giouentù consistente, & alleuato alla campagna, e maschio.

PISANEL

LI.

Elessione.

Dà copiosissimo, & lodeuol nutrimento alle persone, che molto s'affaticano, mantiene il corpo lubrico, e prouoca l'orina.

Giuuamenti.

Nuoce alle persone delicate, e che viuono in otio, fa venir la podagra, & sciatica.

Nocimenti.

Mangiandosi dell'età, che si è detto, in poca quantità, in tempo freddissimo, che sia carne magra d'animal grasso, arrosto con speciarie, e cose calde.

Rimedio.

E caldo nel primo grado, & humido nel fine del secondo.

Gradi.

E buono ne' tempi molto freddi, per i giouani, c'hanno lo stomaco caldo; & che molto s'affaticano, mà nuoce à i vecchi.

Tempi, Età,

Complezioni.

Tutti gli scrittori antichi s'accordano, che la carne porcina è souerchiamente humida, massime se l'animale è picciolo, e lattante, e però queste porchette picciole, che si mangiano con tanta curiosità, si deuono fuggire, perche apportono molto danno: mà se il porco sarà d'età consistente, che la sua humidità souerchia sia consumata; sarà di ottimo nutrimento, più conforme alla natura humana in odore, e sapore, che qual si voglia altra carne; e se con vno poco di sale sarà per qualche giorni conseruato

318 REGOLE DELLA SANITA.

seruato, e come si dice salpreso, sarà molto meglio re. Vedendo gl'antichi, che il porco non era nato se non per mangiare, dissero che l'anima gli era stata data, accioche come sale conseruasse la carne di quest'animale viua per il suo fine. Il porco era consecrato à Cerere, & si soleua ammazzare, quando si stabiliva la pace, o la tregua. i persiuiti fatti in paesi freddi, & i salami, che in molti modi si fanno con questa carne salata, sono ottimi per cuocer con l'altre carni, e per mangiarsi per risvegliar l'appetito, perche tagliano le flemme, fanno sapo- riuo il bere, mà bisogna mangiarne in poca quantità.

BERTAL-
DO.

Paulania dice che il primo, che portò il Cingiale alle tauole, fù P. Seruillio Rullo; perciò Giuuenale così dice.

Porco cingale

Quanta est gula, quæ sibi totos ponit apros,
Animal propter conuiuium natum Grapal-
dus.

Erano tenuti in conto i milliari, cioè di 1000. ll. di mille libbre, e integri, si metteuano a Tauola.

E manco viscosa, e fredda che la porcina domestica: facilmente si digerisce, e presto descende, nutrisce molto, e genera vn sangue crasso, e viscoso, e più lingiera, e miglior della domestica, come vuol Celso. Hip. così dice, caro suis syluatici siccant, corroborat, & mouet. i Galati non ne mangiano, sono mangiati d'Indiani, come dice Filostrato, mensæ apud Indos imponuntur integri Leones, & caprea, & apro. Alcuni gli lodauano rāci di forse, come dice Horatio.

Tardius adueniens, vitiatum commodius,
quàm integrum cædax dominus consume-
ret.

Si

REGOLE DELLA SANITA. 319

Si acconciano come le carne porcina; mà p'ù in bassilio con gl'aromati. Heliogabalo donò per 10. gio ni. 300 sumini d'aprugni, con suoi bulbi: si devono schiuar quando vanno in'amore, & i troppo vecchi nel nutrire, di bontà, e sapore è superato dal domestico; per esser più grasso.

Che sia giouane, grasso, e preso in caccia, PISANEL
LI
doue habbia molto faticato, e patito: sia d'in-
nerno, e sia frollo. Electione.

Dà la sua carne copioso nutrimento, & è cibo molto appropriato à quelli, che s'affaticano, e si digerisce presto. Giouamenti.

Nuoce à gli huomini, che viuono otiosamente; perche genera escrementi assai in quelli, & accresce l'humidità. Nocumenti.

Cuocendosi come volgarmēte si dice à Bro-
lardieri, consuma la ventosità, ouero in pasto-
cio con molte spetie. Rimedia.

E caldo nel primo grado, & humido tempe-
ratamente. Gradi.

Non è buono se non ne' tempi molto fred-
di, per quelli che sono caldissimi, & che s'es-
ercitano assai, e nuoce à gl'otiosi. Tempi, Età,
Complezioni.

La carne del porco seluaggio non hà tanta hu-
midità souerchia, quanto hà quella del domestico.

Il che nasce da' pascoli, dall'aria, e dalla fatica, e però si tiene, ch'ella sia migliore, e che dia bonissimo nutrimento, massime à chi non hà lo stomaco molto debole, & nel tempo dell'inuerno, che il calore è più forte. Vano i porchi seluaggi il coito al principio dell'inuerno, e partoriscono la primavera in luoghi deserti, angusti, precipitosi, & ombrosi in tempo, e numero simile a' domestici. Patiscono in
giouen-

giouentù vn prurito a' testicoli, che per troppa rasparli à gl' arbori seli seccano. Quest' animale medica i suoi mali con Hedera. La sua orina è tanto graue, che non hauendo tempo di euacuarla, non può fuggire, e resta presa. Publio Seruilio Rullo, fù il primo de' Romani, che ponesse il porco seluaggio, cotto nell' uso delle cene, e ne' conuiti.

La rasura del dente di porco seluaggio, data al peso d' vna drama, con altrettanto di fiori di papauero rosso, val contra la pleuresia, fatta però prima la purgatione.

BENZO.

Ceruo.

BERTAL-

DO.

La carne del ceruo è quasi simile alla carne del bue.

Il ceruo non si ritrouaua altre volte nel Piemonte; mà per l'industria di Emanuelle felicissima memoria Duca di Sauoia Sereniss. qual ne fece portare de piccioli nelle Selue di Riuoli, & altri luoghi vicini trà la Stura, e Sangone fiumi hanno propagato in modo tale, che v' è ne in tanta copia, che dannegiano i campi, e danno gran diletto nella caccia à S. A. Serenissima, il qual spesso ne prende, e molto si diletta della caccia, come ancora mangia le loro carni cotte in pastitio con aromati, e lardo, e sugo de limoni, e delle ponte teneri del corno, quando sonno piccioli, con le parti cartilaginose dell' orecchie, labij, e narici, cipolle, grasso, e aromati se ne fa far vna viuanda delicatissima, qual si giudica salutifera contro i veneni.

Medolla.

La sua medolla è tenuta la prima trà tutte l'altre, la sua carne da alcuni è poco lodata, e d' altri è biasmata dal tutto: Plinio, e Solino dicono, che il suo uso proibisce la febre.

Quàm

Quasdam nos Principes foeminas scimus
maibus diebus matutinis carnem eam de-
tare solitas, & longo æuo caruisse feбри-
is. Quod ita ratum demum existimant, si
ulnere vno interierit:

Isidoro dice, che questa carne è tenera per il suo
oto, il che nega Gesnero: la carne del cerno ca-
rato inanti, che metta i corni, è temperata nel ca-
re e siccità: I piccioli di due mesi chiamati Hinnu-
sono più humidi. In Francia mangiano per de-
tie i cervi exenterati dal ventre della madre, come
cono che faceua Rodolfo Rè; ma sono troppo visco-
: Arnaldo dice ancora, che per la loro rarità, e
ffità, che facilmente si digerisce, e Auicēna se ben
a crassa, che facilmente descendi: Rasis dice ch'è
illa, e l'ingiera Auicēna che prouoca l'orina. Tral-
ano la loda alla Timpanite, mangiata moderata-
ete. Il Guaynero nella cura della sciatica, massime
uella d'un anno, ò il lattante. Galeno nel terzo
l m. e nel libro attenuante victus ratione, trat-
ando della bouina, e pecorina così dice, Ceruina
utem non minus ijs succum vitiosum gene-
at, ac concoctu difficilem: E in vn'altro
uogo Equorum (inquit) & asinorum, esum *Cervi piccioli.*
ominibus asininis relinquo: proximi asi-
nis sunt cerui, coque ab eorum esu est abiti.
endum. Il Platina dice ch'è simil alla natura
della bouina, e che genera sangue melanconico, &
ch'è più soaue al mese d'Agosto nell'estate, che
nell'inuerno: Celso, & il Gesnero dicono, che nu-
risce molto, e dura è di difficil digestione, & di mal
uogo: Mangiandone molto fa venir il tremor de'
membri, & altri dicono, che fa inuecciar presto:

X

l'Huo-

Quando Sono te: nel tempo che si rinoua mangiando i serpenti. e che vā dentro l'acqua per refrigerarsi dal veleno d'essi, all'hora sono reuenati, e di mala qualità, ma à noi ciò non s'offerua: Ecctano opilation di fegato, e milza, e febre quartane, come vuol Aucenna, la parte inanti si cuoce aleſſo, e la posteriori si roſtiſſe, e ne fa paſticij: il Platina con lardo, pepe, e garoffani, qual dice che noſtriſcono poco, e tardi ſi digeriſcono, e che rilafſano lo ſtomaco, e nuoceno al fegato, e milza, & eſaſpera il petto. Il ſuo ſangue ſe ne fa il brodo negro de Tedeschi e Arnaldo di Vilanova dice, ch'il cuore gioua per ſua virtù theriacale, ſe ben ſi di difficil digeſtione.

Corno.

Il ſuo corno hā molte virtù, cura i profluuij del ventre, e i fluſſi di ſangue, è gioueuole contro i veneni; perciò ſi mette nelle polueri cordiali, ammazza i vermi, gioua ancora alle torſioni del ventre, matrice. La verga guariſce l'antiche dyſenterie, mitiga i tormini, ſe ben il Conciliatore la numer. tra i veleni. L'oſſo del ſuo cuore, è gioueuole contro i veneni, & à tutte le paſſioni del cuore.

Dama.

La Dama, ò Daini vuol il Platina c'habbiano la qualità del capriolo, e che ſua carne ſia di buon nutrimento, e che faccia poco eſcremento; mà che genera il ſangue alquanto inclinante al melancolico, e Gio. Battista Fiera così diſſe.

Damula aduſta magis, ſi matris ab vberibus raptæ eſt,

Huic prior in noſtro fortè erit orbe locus.

E fredda, e ſecca, e muoue l'hemorroidi: ſi accencia come il ceruo. Il Tarando de Lapponi ſono di

Tarandr.

Il Tarando de Lapponi ſono di

simil virtù: è la carne saporitissima, e molto delica-
 ta, & i Lapponi di questi animali se ne seruono per
 far le carette ne' loro viaggi, & del latte ne fan-
 no del formaggio; stanno alla campagna talhor
 alle insieme, fanno in vn giorno vntimillia di quei
 cesi, e ritornano al suo patrone senza guida, e
 in pnono viuer se non in luoghi freddi.

PISANEL

Che sia molto giouane, e se fosse possibile, LI.
 ttante, ouero che fosse stato dal suo nasci-
 mento castrato.

Electione.

La carne de' cerui piccolini è lodata per car *Giuuamenti*,
 di buono nutrimento, ouero di quei che
 fossero stati castrati.

Genera tristo humore, massime se sono di *Nocumenti*,
 tempo, difficilmente si digerisce, e fa venire
 la febre quartana.

Cuocendosi in compagnia d'altre carni d'a- *Rimedio*,
 animali grassi, ouero in pastitij molto bene in-
 ardato.

E caldo nel primo grado rimesso, & secco *Gradi*.
 nel secondo.

Nuoce ne' tempi a' vecchi, & à quelli che *Tempi, Età,*
 sono di melanconica complessione. *CompleSSIONi.*

La carne del ceruo è molto dannata da gli scrit-
 tori, ch'ella dia grossissimo, e melanconico nutri-
 mento, massime se l'animale è vecchio: che se pu-
 re egli è lattante, ò nella crescenza non è la sua car-
 ne tanto nociua, mà tolerabile: e se sarà in giouen-
 ti, che si possa fare castrare, dicono che quella
 carne perde ogni malitia, e diuenta di lodeuol nu-
 trimento. La cerna porta otto mesi, e partorisce
 appresso le strade per paura delle fiere, & i figli
 subito nati caminano: ogn'anno gettano le corna i

X 2 cervi

cerui in luoghi inaccessibili, le femine non le pongo
no mai. Se si castrano auanti che le pongano, no
gli nascono più. Il corno del ceruo abbruggiato
fuggire tutti gl'animali. La sua carne mangia
la mattina, allonga la vita dell'huomo, e la sera, l
abbreua. Le femine quando sono vicine al parto
rìre, mangiano copiosamente l'herba Sefeli, perche
facilita lor il parto, & le purga.

Il corno del ceruo raspato, & beuuto con acqua
d'acetosa, scaccia valorosamente i vermi da' corp
humani. Scrive Marcello, che la poluere del cor
no del ceruo abbrusciata, & meschiata con la pol
uere della guscia della lumaca, cura il dolor colico
& se cotta nell'aceto si tenerà in bocca, acquisterà
il dolor de' denti. Oltra di ciò il corno del ceruo con
l'onghia di capra abbruggiati insieme, & fattone
fumo, oue è abbondanza di zenzale (chiamate in
Francia cugini) le fà fuggir da quel luogo, oue elle
sono.

BENZO.

Rizzo terre-
stre.

La carne del rizzo è terrestre, & alcuno è
montano: la sua carne è risolutiua, & essiccati-
ua, il suo vso, benchè non generi molto buo-
ni humori, nondimeno è di molto buone vir-
tù, conforta il stomaco, risolve il ventre, gio-
ua alla lepra, & alla rogna, la sua carne salata
conferisce alli hidropici, alla pietra delle reni,
il suo vso continuo conferisce à chi vrina in
letto, la qual indispositione, è quasi vna fati-
ca d'orinare, se ben ch'alcuni dicano, che pro-
uochi l'orina: conferisce al morso de' vermi
venenosi.

BERTAL-

DO.

Rizzo.

Il Rizzo, ò sia riccio, ò rizzo non era da gl'an-
tichi per vso de' c.b.; ma si ben hoggi di s'vsa molto,
massime

ssime quello c'hà il mostaccio alla somiglianza del
co, e non il canino; questo spogliato dalla sua ve-
tutta pongete, si fà bollir vn poco nel vino, sale,
aceto per lenarli l'odor del seluatico, e poi s'ac-
cia co' l'laro, e garoffani, & la rostiscono nel-
sta. Il più lodato è quello che si amazza d'vna
percoffa inanti, che retiri à se l'orina, come vuol
linio, hà la carne humida, e grassa: Aëtio dice,
arnes vulpinas, leporinas, & ericij naturæ hu-
manæ esse dissimiles, & alimenta efficere pes-
sima, Per l'odor fetido qual hà.

L'bisatrice è di simil natura, e il Platina dice che *Histrice*.
gioua allo stomaco, che lenisce il ventre, ch'immu-
nisce la lepra, e la Scabie: salata, e buona à gl'hi-
dropici, e à chi orina nel letto. I Greci attribuisco-
to tutte queste virtù al riccio marino, & di curar
la lepra, & al vrinar nel letto al riccio terrestre.

Che sia giouane, grasso, in tempi molto
freddi, che sia stato per vn gran pezzo traua-
gliato nella caccia, & che all'aria sospeso sia
diuentato molto frolo.

PISANEL
LI.
Electione.

Dà vn gran nutrimento, risueglia l'appeti-
to, fà dormire, & dà forza à quelli, che mol-
to s'affaticano, & la sua carne mangiata non
lascia sconiare le donne grauide.

Giuuamenti.

E tardo da digerirsi, genera molta flemma,
e molta viscosità, augmenta l'humore melan-
conico, & nuoce à quelli che patiscono le
morici.

Nocimenti.

Cuocendosi quando all'aria è diuentato te-
nero, & frolo in pastitio con molte speciarie,
ouero arrosto con herbe molto odorifere, e
canella, & aglio.

Rimedio.

X 3

E fred-

Gradi.

E freddo nel primo grado, & humido nel
Tempi, Età, secondo.

Complexioni.

Questa carne è cattiva in tutti i tempi, tutte l'età, & à tutte le complexioni.

Lo spinoso, detto da i Latini *Histrice*, è tutto pieno di lunghe, & grosse spine, molto sottilmente appuntate. Habita sotto terra nelle tane: & molto più la notte, che il giorno esce alla pastura, egli stà tutto il verno ascoso nelle sue cauerne, come fa l'Orso: & tanto tempo stanno à partorire le femine dell'vno, quanto quelle dell'altro. L'histrice quando si corruccia, si ritira in se stesso, & gonfiando la pelle à modo d'vn'otre, tira per offendere i circostanti, le spine dal dorso assai lontane. Onde accade spesso, che non solamente ferisce egli i cani, mà ancora i cacciatori. Delle spine si seruono le donne per drizzarsi, e spartire egualmente i capelli del capo, lasciando nel mezzo vn'ocello picciolo: & angusto: questa carne è pessima, si dice per proverbio, *Spinosior Histrice*, per gli huomini rustici, duri, & aspri di natura, e di costumi. E Calpurnio disse, venit, & hirsuta Spinosior, Histrice barba. La cenere di questa carne, ò per dir meglio, la carne dell'histrice, cotta, seccata, e fatta poluere, dandosi à bere alle donne grauide, non lascia sconciare le creature.

La pelle del Riccio abbrusciata in vna pignatella noua, & meschiata con pece liquida, amandole amare, & galla, proibisce, che non caschino i peli à coloro, che patiscono il mal della pelarella.

BERTALDO.

La carne d'Asino, come dice Galeno, è per chi à simili carni: Plinio dice che Mecenate institui l'uso di mangiar i polledri d'essi, come ancora più volte

Alte hò veduto alla corte di S. A. Serenissima; mà Asino.
 raro: e in Athene s'vsaua ancora, come dice l'in-
 prete d' Aristofane: se ben Galeno biasmi questa
 ne pur pare, che s'intendi della vecchia, così di-
 ndo, sunt qui asinorum domesticorum, etiam
 im fenuerint, carnes mandant: quæ pessi-
 i sunt succi, ac concoctu difficillimæ, stoma-
 amque lædunt, & prætereà interedendum
 unt insuaues: quemadmodum equorum, ac
 melorum carnes, quibus etiam ipsis homi-
 nibus animo, & corpore asinini, ac camelini,
 escuntur. General' elephantiasi, e la lepra; perche
 genera sangue melanconico, come vuol Gal. nel 2.
 ad Glauco.

La carne dell'onagro, ò sia Asino seluaggio, e Onagro, ò
 più sana, & più saporita. Leon Africano dice, asino seluag-
 he quando è calda cotta che hà odor del seluatico; gio.
 nà refrigerata per due giorni perde il cattiuo odo-
 re, & è saporitissima: Copiosa è l'Africa d'Asini
 seluaggi, come ancor se ne ritroua nell' Isola di Sar-
 degna, e Pianosa, quali sono mangiati, e di simil
 natura sono tutti gl'altri Asini seluaggi dell' Indie,
 e dell' Arabia, oue se ne troua de cornuti ancora:
 Heliano scriue, che gl'Asini Indiani non sono ido-
 nei per il cibo, & c'hanno la carne amara.

Il Camelo è animal proibito nelle sacre lettere, Camelo, e Dro
 se ben ruminanti, non hà però vnghia dal tutto diuisa, medario.
 sono di simil qualità dell'Asinina, come vuol Gal.
 nel terzo alim. e Auicenna, dice esser di grosso nu-
 trimento, e che scalda grandemente, e Aristotile
 dice c'hà la carne soauissima, e Leon Africano di-
 ce, che si mangia di continuo nel Regno di Fezzen.
 Heliogabalo fece portar nelle cene il Camello, e lui

mangiaua i suoi calcagni: è di temperamento caldo e secco, così ancora sono i Dromedarij.

*Cani, e paesi,
che gli man-
giano.*

Galeno ancora fa mention nel terzo alim. d'al-
cuni, che mangiano i cani gioueni castrati, & in-
grassati, com' ancor altri le Panthere, son di tempe-
ramento secco, come dice l'istesso nel libro, de atte-
nuant. vi Et. rat. e Plauto dice, che vsauano i pic-
cioli cani lattanti, come puri ne' cibi, come ancor
per placar l'ira de' Dei ne' sacrifici, Genito ma-
ne catulo res diuina fit, & in cenis Deum etiā,
num ponitur catulina, E si metteua nelle cene
adijciali; perciò si mangiaua da Romani: Pietro
Martire dice d'vna certa Isola nell' Indie none, che
ri sono certi cani, che non latrano, di brutto aspet-
to, e che si mangiano come i montoni, come ancor
dice il Botero d'vna regione nell' Africa: come an-
cor fanno i Tartari dell' Ib ssibur, e Rasis così dice,
Carnes declinant ad siccitatem generatiuam
in corporibus bilis atræ: peiores earum lupinæ,
& caninæ: Il Cardano vuol ancora, che siano man-
giati da Corfi.

Castore.

La carne del Castore è biasmata d'alcuni, per il
cattiuo odore c'hà; mà si manda via cuocendola
aleffo in vaso aperto, e poi così fredda frigerla nel-
la padella, le parti posteriori sono tenute meglio-
ri, e le piante, ò cartilagine de' piedi acconcie con
grasso, & aromati sono desiderate da golosi, come
ancora Plutarco disse, ó σα κρεῖων τα μικρὰ, cioè
esser suauissime al gusto quelle carni, che dal tutto
non son carni: mà più saporita, è ancor la coda la
qual si mangia ne' giorni di vigilia, bollita, e accon-
cia con l'aromati; e carne di natura, come sono tut-
ti l'acquatizi, se ne ritroua in Sanoia.

La

La carne del gatto tanto domestico, come selua- Gatto domesti-
tico, si mangia tal volta in Piemonte nell'inverno, co, e seluag-
lasciandolo star molto tempo al sereno, come anco gio.
ra nella Francia Narbonese, e Spagna, è quasi si-
mile à quella del cuniculo: si mangia rostito cum her-
be odorate, dicono che la cervella genera pazzia;
perciò gli tagliano la testa.

La carne del gatto seluaggio hà la carne propin-
qua al temperamento della lepre, Rasis dice ch'è
calda, e molle, e si mangia appresso i Grisoni.

I pelli del gatto, che talhor scherzando tengono
i figliuoli nelle braccia, e che restano alle fauci ge-
neran strume, ò siano scrofolle.

I Tartari, & in molti luoghi di Sarmatia man- Cauallo.
giano la carne del cauallo, come cosa pretiosa, le cui
carni sono biasmate, come habbiamo detto nel ca-
po dell'asino da Galeno nel terzo alim. Et non sola-
mente la carne; mà ancora il sangue, e del suo lat-
te, come vuol Strabone ne fanno formaggio, &
l'usano per viuanda: poluerizzano il sangue, e car-
ne, e portano secco questa poluere, e onde si
ritrouano la sciogliono nell'acqua, e pigliano questo
per nutrimento, e tal volta col milio. Fanno ancor
questi vna polenta di farina di milio, sangue caua-
to dalle vene di cauallo, e del suo latte che gli nu-
trisce molto: & Mathias à Michou dice che ancora
mangiano i caualli morti da loro, tagliato il luogo
apostemato, Com'ancora i cani, come dice
Paolo Venetiano, e mangiano ancora queste carni
mezze crude: quando caualcano mettono di queste
carni trà la sella, el cauallo, e poi dopò alquanto tem-
po le mangiano.

Virgilio nel terzo Georgicorum.

Profu-

Profuit incensos æstus auertere, & inter.
 Bisaltæ, quo more solent, acerque Gelonus,
 Et lac cōcretum cū sanguine potat equino.
 Ima ferire pedis salientem sanguine venam:
 Cura fugit in Rhodopem, atque in deserta
 Getarum.

In molti altri luoghi di Polonia mangiano i canalli seluaggi, e la più pretiosa parte è la carne, che stà sotto la tuba, e si lodano più i polledri; Fanno ancora del loro latte vna beuanda, qual vsano in vece di cernisia.

Ghiro.

Lo galevo, ò gliero, ò ghiro detto da Piemontesi Giuuo, che stanno come le marmote nelle cauerne de gl'alberi rinchiusi, come le marmote, mangiando giandi, e noci: sono molto grassi, della natura della marmota, e quasi simile à quella del porco, e Plinio di questi animali così scrisse, Glires censoriæ leges Princepsque M. Scaurus in consulatu, non alio modo cœnis ademerere, quàm conchylia, aut ex alio orbe conuectas aues: Et alibi extant censoriæ leges, glandia in cœnis, gliresque, & alia dictu minora apponi vetantes. La carne è dolce, e grassa; perciò gl'ingrassano i Grisoni, et il Maheolo dice che māgiandola guarisce il Bolismo. Il ciello di Germania, tanto fresco, come seccato al fumo si mangia.

Leoni.

La carne de' Leoni secondo l'auttorità di Rhasis, e come l'altra d'animali rapaci, che declinano alla siccità, la qual facilmente genera la bile atra: E più calda, crassa, e graue, e difficile al digerire, secondo Isaac: genera dolori, torsioni, e inflationi di ventre, come dice Alberto: E più calda della canina, e ancora secca, gioua à paralitici, e in certa
 Provincia

Provincia d' Aethyopia, si nutriscono di Leoni, e Panthera, come dice Plinio, e Solino: Filostrato dice, Panthera, che i Barbari ch' habitano nel monte Caucaſo, e il fiume Coſſena dauano ad Apollonio, e compagne le carni de Leoni, e panthere: Curano le ſue carni mangiate i fantaſmi, e giouan à paraliitici. Quella della panthera è calda, e ſecca uſata dalli Agriofani.

Tutti gl' animali carniuori appreſſo gl' huomini *Lupi*. Nobili, e ſapienti non ſ' uſano ne' cibi: il Geſnero dice che l' Inſubri mangiano tal volta le carni de' lupi: Rasis dice che queſta carne è fredda, fetida, ſecca, e crassa: e cattiuu ſecondo Auicenna: corrompe gl' humari, e gl' animi: Queſta carne ſminuciata con vn poco di pepe, e melle ſpumata guarisce la colica: come ancora fanno i loro inteſtini preſi per bocca, e portati alla cintura.

I Lupi ceruarij ſono ancora mangiati, acconci *Lupi ceruarij* come le lepri, & in paſticio con aromati, & herbe odorate, & hà il ſapor, e natura del coniglio, ſi ritroua di raro, e ſtà in Piemonte nell' Alpi, che ſono trà la Dora Balthia, & la Dora Riparia de Salafſi, & alcune volte nel monte di Torino vicino alla Madonna di ſupergha: ſono tenuti in conto per la lor pelle: Amano grandamente ſuoi figliuoli, e S. A. Sereniſſ. di Sauoia ſpeſſo ne hà de domeſtici, e vna volta ne fece nutrir due nati d' vn' iſteſſo parto nel ſuo palazzo & vna volta vn di queſti andando per i tetti, e paſſando ſotto eſſi per vn ludgo ſtretto reſtò preſo per vna parte del ſuo corpo, che non potea ſbrigarſe, e penſando S. A. con la Sereniſſima INFANTE Caterina ſua moglie (qual molto amaua queſti animali, per la loro domeſtichezza) che foſſero morti: ſi ritrouò nel fine che il compa-

compagno portaua il viuer à quello, che era restato appeso in quel luogo, e già era molto tempo, che lo notriua.

La lura.

La Lutra è dannata nel cibo, hà la carne fredda, e puzolente, in Germania è mangiata d'alcuni, come ancor in Piemonte, e dicono che in certi luoghi l'vsano in vece di pesce.

Tasso.

Il Tasso in Italia, e Germania è lodato d'alcuni, si acconciano rostii, e hanno le qualità dell'Histrice, e Rizzo: Si mangiano l'estate, ò vero nell'Autunno, e il più lodato è quello c'hà il mostaccio simile al porco; perche il canino non è così grasso.

Sorfi.

La legge Diuina proibì l'uso non solo del mangiare, mà di non toccar ancora i sorzi, e mostelle, perche sono timidi, ladroni, insidiosi: e certamente i sorzi imbratano ogni cosa, e macchiano ogni cosa d'ogni male son perniciosi all'huomo ne' cibi, e inutili ad ogni cosa, la vnde la scrittura così dice, Comedentes carnem suillam, & abominationem, atque murem, simul consumetur, dicit Dominus Isaias 66. Arnaldo dice che genera obliuione, abhominazione, e che corrompe lo stomaco: l'uso del pan corroso da questi animali fa venir le macchie nella faccia a' figliuoli: Nel Regno di Calicut vsano à mangiar carne di sorzi, e pessi arrostiti al Sole, come dice Ludonico Romano: Rhasis dice che hà la carne calda, molle, e grassa alquanto, e espulsa dell'umor melanconico: mangiato arrostito dissecca la salua superflua dalla bocca de' figliuoli: Demetrio lo loda per uso de' cibi al spranire dato ogni giorno con l'istessa pelle, ò vn giorno, e l'altro no; per purgarli la stema, e bile: gli proibisce la fluxion della pituita del cervello, scioglie le pietre

pietre , e corroboro lo stomaco risolto .

La carne de' forzi grandi è più calda, & acre che *Sorsi grandi*, quella de' piccioli, hanno la coda venenata: Dicono che l'urina di questi animali quando v'è in amore, tocando la carne dell'huomo, che la corrompe sino all'osso .

La *marmota*, ò glis montanus, è animal molto grasso, la qual non è flussibile mà soda, si mangia arrostita, e bollita, e s'usa salata, e seccata al fumo per uso di tutto l'anno, come hò veduto mangiar al Colonello Kalbermatter Valesano, si loda alle dōne parturienti & alle torsioni di vètre, tātò mangiata, come inontandosi il ventre co'l suo grasso: si loda salata; perche non è così humettante, e se li leua l'odor cattiuo, scalda, difficilmente si digerisce, e scalda troppo: vide il Mathiolo .

La carne del sciuro, ò schriolo è soave, e salubre *Schriolo*, come ancora à deboli amalati, e sono più sani i negri che i rossi, e si compara à quella del cunicolo .

La Simia è fredda, austera, e genera humor *Simia*, cattiuo, Rhasis: si mangiano questi animali da i Zynganti popoli dell' Africa .

Appresso gl' Indiani mettono alle tauole le coscie *Tigra*, de Leoni, Cynghiali, e Tigri; perche l'altre parti sono proibite, come dice Filostrato nel libro secondo della vita d' Apollonio, il qual nell' Isola Danēte gustò carne tigrina non peggior della Bubulina.

Dell' orso così scriue Galeno nel terzo alim. fac. I. *Orso*, funt qui & vrsis, & ijs adhuc deterioribus, leonibus, ac pardis vescantur, semel aut bis elixantes. Questa carne è fredda, viscosa, e difficil da digerire: Isaach dice ch'è di pessimo nutrimento: tardi si digerisce: offendolo stomaco, e il fegato: genera

genera molti escrementi, leua l'appetito, e genera fastidio à chi la mangia: Arnaldo dice che ingrassa assai, e che genera vn sangue crasso, e viscoso: Alcuni sono che gl'acconciano in pastitio. Tengono per cosa rara le sue zampe de' piedi inanti, come dolci, e soauì, e Michel Heruo dice che queste parti sono grandemente desiderate da Principi, vñ pedes anteriores falsos, & in camino ficcatos, qui ederunt optimum, & suauissimum esse cibum mihi retulerunt, nec amplius se mirari, quod eos per hyemem inter latendum fugant. S. A. S. ne fa ogn'anno la caccia nella val di Lazo, alla festa de tutti Santi; mà non si mangiano. Nella Nouazembla gl'Holandesi, che iui dimorano l'inverno ne mirano molti d'essi, per hauer mangiato la carne di certi orsi bianchi.

Volpe.

La carne di volpe non si mangia ancor da noi, se ben molte se ne ritrouano; mà pur Galeno nel terzo alim. dice, vulpium carnes autumnì tempore, etiam qui apud nos sunt venatores edunt; tum enim ex vuis pinguescunt: Sono mangiate da Sarmati, e Vandali: sono essiccanti come la lepre, e Aristofane si burla de' Bæoti, come gente rude, ch'hanno in delitie le volpi, come le lepri, ocche, καὶ μὲν φέρω χάρας, λαγὼς ἀλώπεκας. Sono giudicate migliori le giouenete. Hanno la carne viscosa, di difficil digestione, di pessimo nutrimento: Aëtio scriue carnes vulpinas, leporinas, & ericij naturæ humanæ esse dissimiles, & alimenta efficere pessima: cuius argumentum sit odor fœdus.

I porchetti d'India sono humidi escrementosi, di natura de' piccioli porcheu.

DEL-

DELLE PARTI DE GL'ANIMALI.

Cap. XXXIV.

REstiamo à dir delle membra , parti-
 colari de gl'animali, & priemiera-
 mente de gl'animali volatili : Il *Parte de gl'a-
 nimali.*
 ceruello de tutti gl'animali volati-
 li è la miglior parte d'essi, & sono di miglior
 nutrimento , che le loro carni. E il ceruello *Ceruella.*
 freddo , & humido , genera humori flemmati-
 ci , causa fastidio allo stomaco. Se si mangierà *Qualità.*
 dopò al pasto , genera nausea , & fà vomito ;
 perciò è bene mangiarlo inanti al pasto, accò-
 cio con specie , & aceto , ò vero con menta , e
 cose simili . Quando si digerisce dà buon nu- *Virtù.*
 trimento : conuiene à chi è di calda comples-
 sione , augmenta la materia del coito , lubrica
 il ventre . Sono tutte le ceruelle , che si man-
 giano conferenti , & salubri contro veneni be-
 uuti , & alle morsicature d'animali venenosi ,
 mangiate specialmente , trà le quali questa tal
 virtù è grandemente attribuita à quella della
 lepre , & coniglio .

A N N O T A T I O N I.

LE parti de gl'animali , sono la testa , piedi , *Parti d'ani-
 mali.*
 coda , & le viscere , che pono separarsi , co-
 me è il cuore , polmone , fegato , milza , reni , e tut-
 to il ventre , quale in se contiene l'intestina co' ite-
 sticoli , & il sangue tutto . Quello che dice il Benzo ,
 è tolto

Galeno.

è tolto da Galeno, nel libro de alimentorum facultatibus.

Frittura di
cervelle.

Quel che si frigge nella padella è più difficile a padire; ma non resta poi con tanta humidità. Il Moniuo scrive, che'l cervello delle galline causa cecità.

GALILENA

Resta, che breuemente trattiamo delle membra de gl'animali, de' quali communemente si sogliamo cibare. Et perche (in vero) trà tutte le parti de gl'animali, le carni, che prouengono d' muscoli, & qualche grassezza, come sono l'ali, la polpa il collo, le coscie, & altre parti carnose, ottengono il principal luogo, per produr buon nutrimento, per questo ragionevolmente sono state poste di sopra nel primo luogo. Dopo la carne seguono le ghiandole, & mammelle, le quali son sane, soavi, facili à distribuirsi, gustose, & di buon nutrimento. Seguono à queste le medolle, che con debita quantità mangiate nutrono, danno buon succo, & ammoliscono il petto, & se in quantità, fanno contrario effetto, aggrauando lo stomaco.

Hor tenendo a' membri particolari de gl'animali, & prima al cervello, del qual poco ne parla il Pisanelli, dico, che'l cervello de gl'animali volatili è miglior de gl'altri: si dice però mangiar' al principio, acconcio con aromatici, o con aceto, o menta, perche mangiandone dopo gl'altri cibi, genera vomito, & conferisce à quelli, ch'hanno calda complessione, accresce il conto, & lenisce il corpo.

Tutti i cervelli sono buoni à chi hauesse mangiato cose venenose, o fosse morso d'animali venenosi; ma questa loda particolare molti l'attribuiscono al cervello della lodola, & del coniglio.

L'ali

L'ali sono buone, & massime quelle, che sono ucelli buoni, & specialmente già grandi, che uolano assai, & fanno molto essercitio, perciò le ali caponi, galline, fagiani, & pernici danno buon nutrimento, & più temperato che l'altre parti del corpo.

Le teste de gl'animali, sono di grosso nutrimento, dispongono gli humori à feбри come le altre; ma sono di gran nutrimento, & aumentano la materia dello sperma. Gli occhi saranno di grasso animale, & tenero sono di buon nutrimento; ma quanto alla loro grassezza son freddi, & humidi.

Il medemo recita Galeno, nel citato libro: per la testa d'animali, s'intende tutto ciò, che contiene la ceruella, occhi, orecchie, lingua, &c. Le teste d'animali sono inutili, come quella del gatto, & de' volanti, della perdice; & storno, per la cicuta che mangia, & altre si cuoceno tutte integre, & le altre son buone solo alcune parti. Come alle tauole di grandi, si metteno cotte alessò le teste integre le vitelli, & sono di ottimo nutrimento, specialmente gl'occhi, & orecchie, la lingua, & i muscoli delle mandibole, & massime le parti glandulose, che sono saporitissime. Si cuoceno ancor arrosto le teste integre, del porco cingiale, & domestico, & la parte più saporita, è la lingua, orecchie, con gli muscoli circōnicini: si mangiano ancora le teste de' capretti, & agnelli, i loro piedi cotti alessò, con le teste sopra nominate, & sono delicati, & di buon uogo, & si mangiano nel principio del pasto.

La testa della lepre, si diuide in due parti, & si cuoce sopra le breggie, & gioua la ceruella à pic-

coli

BENZO.

Teste.

Occhi.

Galeno.

Testa.

Teste dannate

Teste di uiscer

li.

Porco.

Capretti.

Lepre.

coli figliuoli, frechandoli le gengiue con essa, per farli nascer i denti presto, & senza dolore.

Motone,

Della testa di motone cotta, si loda la lingua, la quale doue i motoni sono buoni e di buon nutrimento, & il resto del capo non è celebrato.

PISANEL

LI.

Electione,

Che sia d'animale temperato in complessione, e di età mediocre: perche quando nasce, troppo humido, e quando è vecchio, è troppo secco.

Giuuamenti,

Dà grandissimo nutrimento al corpo, prouoca l'orina, muoue il corpo, & accresce il coito.

Nocimenti,

Ingrossa gl'humori sottili, genera i grossi, graua lo stomaco, perche tardi si digerisce, & difficilmente passa.

Rimedio,

Mangiando seco saporì fatti con senapa, come la mostarda forte, ouero con altre cose molto aromatiche.

Gradi,

E caldo nel primo grado, & humido nel secondo.

Tempi, Età,

Complessioni.

E buono ne' tempi freddi, per i giouani, e per i colerici; mà non è buono per i vecchi, e per i flemmatici.

Il Capo per esser composto di parti diuerse, e di grosso nutrimento, perche il ceruello è tutto viscoso e tardi si digerisce, & ogni ceruello nuoce allo stomaco, & induce nausea, e però quando vuoi mouer il vomito, dà nel fin del pasto vn poco di ceruello condito grassamente, che subito seguirà; e però l'esperienza hà insegnato, che si mangi in principio il miglior ceruello è quello de gl'animali secchi, non humidi: e però è miglior quello de gli angelli, massime delle montagne. Gl'occhi sono parimente di na.

natura acquea , composti di sette tuniche , tre
 mori, e sei muscoli : per la grassezza hanno in
 viscosità assai. La cotica, l'orecchie, il naso, &
 labri sono cartiluginosi, onde generano sangue
 eddo, viscoso, e fanno l'opilatione. Mangiandosi
 n mostarda, o altro sapor forte, diuentano me-
 iori; Ci è anco la lingua con suoi muscoli, e le ghiā-
 le dette Animelle, fatte per la generatione dello
 uto, questa è facile à digerirsi, e soane al gusto.
 e ghiandole sono ancora nelle mammelle, e quan-
 o sono piene di latte, sono molto delicate.

Il capo de gl'animali è di grosso nutrimento, &
 molto nutrisce, & augmenta il seme.

Gl'occhi, se sono tenerelli, & d'animale grasso, *Gallina.*
 & attorno d'essi vi sia del grasso, sono freddi, &
 humido, & assai buon nutrimento.

La lingua genera humori humidi, & quasi *BENZO.*
 emperati trà il mole, & duro, & mangiata con *Lingua.*
 e glandule saliuarij; però è bene condirla con
 buone specie, è dolci.

La lingua se si mangiarà con le ghiandole, oue *Gallina.*
 i suol far la salua, è di mediocre nutrimento;
 nètre però, ch'ella sia acconcia con cose dolci, e aro-
 matiche per la sua viscosità.

Il cuore è freddo, & secco, & perciò è di *BENZO.*
 nutrimento melanconico, & tardo si digeri-
 sce, e nutrisce molto. Ne tampoco questo con-
 tradice à quel, che di sopra habbiamo detto, il
 cuore esser fontana del calor nell'animal viuē-
 te, è fondamento di vita; perciò d'altra ma-
 niera sono situati, & graduati i membri del-
 l'animal viuēte nella complessione, per rispet-
 to del membro temperato nel corpo d'esso, &

altramente quelle medeme membra morte sono in cōparatione al nutrimento, ò vero al cibo temperato. Il cuore adunque dell'anima viuo è calidissimo nella generation delli membri viuenti; mà il morto nella generation de li cibi, è freddo. Il simile de gl'animali viuenti, come la lepre nel genere de gl'animali viuenti, è fredda, & secca, & nondimeno gl'autori mettono la sua carne nella generation de cibi calda, secca. E cosa molto differente guardarsi d'vna cosa in comparation delli viuenti da quella, & de se medesima, guardata in cōparation de cibi.

Gallina.

Il cuore genera humor melanconico, & tardi digerisce, però molto nutrisce.

*BENZO.**Polmone.*

Il polmone è freddo, & humido, & genera humori simili, & così nella generatione de' cibi è di fredda, & humida complessione: nondimeno nella generation de' membri viuenti è di calda, & secca complessione. Naturalmente il polmone, è di facile digestione, per la sua rarità, & leggierezza, & è di pochissimo nutrimento.

Gallina.

Il polmone è di facile digestione per la sua leggierezza, & è di poco nutrimento, perche si nutrisce di sangue leggiero, & vaporoso.

*BENZO.**Fegato.*

*Il fegato genera grossi humori, & è di difficil digestione, & dimora longo tempo nello stomaco, & toglie per longo tempo la fame, in tanto, che gl'Autori scriuono, che delli fegati, se ne fa vn cibo, per il quale per vna sola comestione l'huomo stà per alquanti giorni senza fame. Nondimeno il fegato genera più
loda-*

REGOLE DELLA SANITA. 341

dabil sangue, che non fanno le carni, che non fanno grassiezza.

Il fegato de gl'animali lattanti, è meglior gl'altri; mà trà gl'altri, è più lodato quello della gallina, ò vero dell'anedra grassa.

Il fegato delle capri, ò delli becchi scopre il male caduco; perche quelli che lo mangiano, subito incorreno all'accidente del male.

Dicono ancora, che il ceruello di questi animali eccitano simil male.

Lo fegato del lupo, è molto conferente al ^{Fegato del lupo.}

gato dell'huomo, & cura l'hydropisia: del

gato del caner rabioso, non si deuono astere ^{Del can rabioso.}

er quelli, che sono morsi d'esso; perche conferisce, & proibisce la paura, & l'abhominati-
on dell'acqua.

Che sia di ocche ingrassate co'l latte: oue. ^{PISANELE}

o di gallina grassa, ò di porco impastato con ^{L I.}

ichi secchi, auanti che si ammazzi, mà che sia ^{Elezione.}

naschio, & giouane.

E delicatissimo al gusto, dà vn ottimo nu- ^{Gionamenti.}

imento al corpo, e particolarmente sana quei, che nel farsi notte gli manca la vista.

Fatica lo stomaco, e l'aggraua, ritardando ^{Nocimenti.}

la digestione: massime se l'animale non è stato impastato, come s'è detto, ouero è di molti anni.

Se si cuoce bene, fin che sia consumato il ^{Rimedio.}

sangue, che tiene, e in sua compagnia sia ò saluia, ò lauio, e poi sopra si ponga sugo di cose acetose:

E caldo, & humido nel secondo.

E buono in ogni tempo, ad ogni età, & ad ^{Gradi.}

^{Tempi, Età,}
^{Complexione.}
Y 3 ogni

ogni complessione : purchè habbia le con-
dizioni , che si sono dette di sopra .

Il fegato di tutti gl'animali quadrupedi vecchio
è pessimo cibo , perchè tardi si digerisce , difficilm-
te passa , e genera humore grosso . Per la soau-
del gusto , & anco per l'altre cose , loda Galeno
fegato de gl'animali , che sono stati impastati co-
farina , latte , e fichi secchi , e di questi prime son-
le galline , ò capponi ; secondo sono l'ocche ; ter-
sono i porchi : mà io ci pongo nel terzo luogo il ca-
pretto con sua licenza . Con l'impastura diuentan-
le viscere di questi animali tanto migliori di se ste-
si , quanto che sono gl'animali più delicati , e pi-
soavi de gl'altri . I fegati de' pesci grandi , e nobi-
li sono delicatissimi al gusto , di presta digestione ,
di ottimo nutrimento , & anco i golosi li bramano
come boccone molto ghiotto .

Trouo che i Romani si sono molto delectati de
fegato dell'ocche ne' lor banchetti , come cibo suauis-
simo , il qual , acciò che fosse più grosso , ingras-
sauano l'ocche ; onde Martiale dice .

Aspice quàm tumeat magno iecur anseris
maius .

Miratus dices, hoc rogo creuit vbi .

Giuua molto à coloro , che patiscono debilità di
vista nella notte , & conferisce al fegato dell'huomo .

BENZO.

Le tette , ò mamelle sono fredde , & secche ,
per la neruosità generano grosso , moltò , &
buon nutrimento , & se in quelle vi farà il lat-
te , il nutrimento sarà più grosso .

Mamelle.

Milza.

La milza è di tarda digestione , genera san-
gue melanconico , hà vna acerosità in se , per
esser stata recetacolo d'humori melancolici ; la
onde

REGOLE DELLA SANITA. 343

nde conforta lo stomaco, & prouoca l'appeti-
to, se ben che tosto si scaccia. Trà l'altre mil-
ze, la porcina è la migliore.

La milza è di tarda digestione, & non trouo gran Gallina.
montà in tal cibo, però è miglior la milza del porco
di tutte l'altre milze.

Dell'ali di tutti l'uccelli, sono più lodate BENZO.
di tutte l'altre membre, & generano miglior Alle.
nutrimento, e più sottile: per il loro essercitio,
& continua fatica. Le più lodate sono quel-
le della gallina, & dell'ocha. Similmente, i
colli loro sono migliori de tutti gl'altri ucel-
li, & sono di buon nutrimento, se si mangia-
no co'l sangue congelato dentro, sono di dif-
ficil digestione.

Le reni sono di difficil digestione, & di ho- Reni.
ribil sapore, per esser stati nutriti di grassezza
d'orina, & sono collatorij d'essa, & da loro si
genera humor cattiuo. Le più lodate reni so-
no quelle di capretto lattante.

Il ventre è di picciolo, & cattiuo nutrime-
to, & à quello sono assomigliate gl'interiori, Ventre.
delle quali se ne fa le tripa. Generan humori
flemmatici, & ingrassano. I ventri de gl'uc-
celli, sono di miglior nutrimento, & special-
mente delle galline, & dell'ochi. La tunica
interior delli stomachi delle galline, & ancora
de gl'uccelli, desiccata cōferisce alla bocca del-
lo stomaco, & al suo dolore, & di quella li
Medici compongono vn buon elettuario per
quella intentione.

Che sia d'animale grasso, morto nella sua PISANEL
più bella età, ben pascolato, & essa sia molto LI.
Elessione.

Y 4

ben-

ben purificata, netta, e grassa.

Giuuamenti. A quelli che sentono grand'ardore nel
stomaco, e nel ventre; perche genera humo-
freddi.

Nocumenti. A quei che patiscono le varici, la lepra, e
altri mali melanconici.

Rimedio. Cuocendosi molto bene, e per lungo tem-
po aleffo, con menta, & specie assai, accioch
perda la sua durezza.

Gradi. Efredda, & secca nel secondo grado.

Tempi, Età, Complessioni. Questa non è buona, se non ne' tempi fred-
di, per i giouani, & per quei che sono di cal-
da complessione, e che molto s'affaticano.

La trippa è veramente cibo da persone che fati-
cano, trauagliano assai il corpo, perche è più dura
della carne del suo animale. Mà se auiene che ben
bene si cuoca, & che nello stomaco si digerisca,
dà gran nutrimento: benché sia più freddo del san-
gue l'humore, ch'essa genera, & anco più crudo.
La trippa della vitella si digerisce, e si cuoce più pre-
sto, e meglio di quella di vaccina, e così anco quella
de' capretti si sente al gusto tenerissima: onde di-
remo il primo luogo esser de' capretti, il secondo di
vitella, il terzo della vacca, quantunque ella sia
dell'altre più grassa, e più saporita. Appresso Ro-
mani era mandato in essilio colui, che ammazzaua
il bue, ò la vacca per mangiarsi la trippa, che da
Latini è detta *Omasum*.

BENZO. I testicoli sono migliori d'animali gioueni;
perche quelli de' antichi non si digeriscono.
Meglior è il nutrimento delle mamelle, che
quello de' testicoli, eccetuato quelli del gallo: li
quali sono di molto, & assai lodabil nutrimento.
Che

Che siano di galli ingrassati, e non di qua- PISANEL
drupedi vecchi, ouero che siano di agnelli, ò LI.
di porci giouani, e grassi. Electione.

Danno al corpo vn'ottimo nutrimento, mol Giouamenti.
tiplicano lo sperma, e accrescono il coito.

Sono di tarda digestione, massime quei de Nocumenzi.
gl'animali vecchi, e grauanò alquanto lo sto-
maco.

Cuocendosi prima con pulegio montano, Rimedio.
e sale, e poi facendosi friger nel butiro fresco,
ò stuffati con sughi acetosi.

Sono caldi, & humidi nel secondo grado. Gradi.

Questi sono buoni ne' tempi freddi, ad ogni Tempi, Età,
età, & complessione, ecceto che à i decrepiti, Complezioni.
& a' flemmatici.

La sostanza de' testicoli è simile à quella delle
mamelle, mà è alquanto più calda, per rispetto
dello sperma, che essi generano. Quei di galli im-
pastati sono soauì al gusto, e di ottimo nutrimen-
to. Anzi Auerroë disse, che *Tantum nutriunt,*
quantum ponderant. I porci si castrano, per-
che la sua carne diuenti più saporita, & manco
humida. Mà i tori accioche siano atti all'agricol-
tura; atteso che non si possono domare da gl'huomi-
ni così facilmente. I testicoli del porco sono me-
gliori di quei de gl'altri quadrupedi, e se bene sono
vn poco tardi à digerirsi, nondimeno danno poi vn
ottimo nutrimento.

I testicoli de' galli sono di buon nutrimento, &
presto si digeriscono, conferiscono alla tosse secca,
& al petto, imperoche leniscono la lor' asperità, so-
no buoni alla dyssenteria, al flusso, & all'vlcere, che
sono ne' camini dell'vrina.

I piedi

BENZO.
Piedi.

I piedi deuono esser ben cotti, & sono di buono, & lingiero nutrimento, & ben che siano neruosi, nondimeno sono di facile digestione. Giouano alla tosse secca, & al petto leniendo la sua asperità. Giouano alla esulceratione delle vie dell'vrina, & benche siano per la loro viscosità solutiui, nientedimeno giouano alla dyssenteria, stringono il flusso del ventre.

PISANELLI.
Electione.

I piedi d'inanti sono migliori, che quei di dietro.

Electione.

Che siano di capretti, e di agnelli, ò di vitella, ouero d'altri animali giouani, che siano di molta fatica.

Giuuamenti.

Giouano à i colerici, e à chi hà il sangue sottile, fanno dormire, e nutriscono copiosamente, e saldano le vene rotte su'l petto, e giouano a' tifici.

Nocumienti.

Nuocono à quei che patiscono i dolori colici, la sciatica, & altri mali nelle giunture, perche generano humori vischosi.

Rimedio.

Cuocendosi bene à lessò, fin che siano disfatti, & poi apparecchiandoli con aceto, e zafferanno, se gli leua ogni malignità.

Gradi.

Sono temperati nel caldo, ma humidi nel principio del primo grado.

Tempi, Età, Complessioni.

Sono buoni d'ogni tempo, per i giouani, & per i colerici. Mà fanno danno à i vecchi, à i flemmatici, & à i podagrosi.

Sono migliori i piedi dauanti, perche con la fatica si fanno più digestibili. Generano i piedi humori vischosi, & grossi, & il loro sangue è più freddo di quello che genera la carne. Quando sono
ben

ben cotti, si digeriscono assai presto, e sono di conveniente nutrimento, e se bene sono parti estreme, riuē di carne, nondimeno per il continuo moto, e gran fatica che fanno, perdono la durezza, e la viscosità, c'hanno i nerui, e gl'altri membri, che non durano fatica. Si prendano adunque i piedi de gl'animali sudetti, & si cuocano assai, sino che siano lisfatti, & poi vi metta aceto, e zafferano, che perderanno la viscosità, e si mettano in principio della mensa, che faranno appetito.

I piedi, specialmente quelli de' vitelli, de' capretti, de' castrati, & de' porci non sono cattiuu, & se ben danno poco nutrimento, non per questo (essendo ben cotti) lasciano di generare buono sugo.

Tutto il presente trattato è tolto da Galeno nel terzo, de Alimentis, & nel libro, de cibis boni, & mali succi. Gl'occhi vuol Galeno, che siano di diuersità di temperamento, per constar di diuerse parti, come direi ancora della testa: vedi Galeno nel libro, de cibis boni, & mali succi. Che poi le parti del corpo dopò morte, essendo estinto il calore naturale, s'ino di diuersa complessione, è cosa chiara; perciò disse Galeno nel secondo, de temperamentis: Animalia dici calida, & humida, non simpliciter, sed ad demortua collata; perciò nel primo de temp. dice il cuore è membro calidissimo, trà tutti gl'altri, & nel terzo, de Alimentis, dice che hà vna sostanza, fibrosa, e dura, & perciò difficile à digerirsi, & che tarda à passare, & se ben gli Autori per questa ragione lo facciano freddo, nientedimeno il Rasis nel terzo, ad Almanf. vuol che s'ij caldo, & che poco nutrisca, il simile fa il polmone freddo, & secco, & di poco nutrimento.

BERTALDO.

Del

348 REGOLE DELLA SANITA.

Del fegato sono di parer molti Medici, che si conuertita tutto in sangue, & specialmente quel di gallina: restaura le forze beuendoli soua vn poco di vin bianco, & gl'Hebrei vsano, & lodano quello delle loro ocche ingrassate, carne in vero simile alla loro complessione. In Piemonte lodano quel di vitello, & capretto.

I ventricoli de gl'animali terrestri, & volatilli sono trà loro differenti. L'orecchia è cartilaginosa, & secca, & poco nutrisce. La codiga sottile, & secca difficilmente si digerisce, & nutrisce poco. Le code de gl'animali sono dure à di gerire; mà fanno poco escremento.

Il muso de' vitelli, & narici sono di temperamẽto simili all'intestina; mà più humidi, & viscosi, & trà questi i più lodati sono quei del ceruo, & dayni celebre viuanda nelle tauole de Prencipi.

De' piedi di vitelli, se ne fanno gelladine, come di quei del porco, incitano l'appetito, & il suo correttiuo, per leuarli la viscosità, sono la cipolla, pepe, & aceto. Vogliono alla dyssenteria, come ancor il loro coagulo.

La grassa mangiata da se, genera flemma, & colera: E però buona à preparar l'altre viuande.

DEL DATTILO. Cap. XXXV.

Datilo.



L dattilo è caldo, & humido in primo grado, & trà li frutti è di buon nutrimento, & è difficile à digerire, genera buon sangue. Li dattoli sono differenti secondo le regioni diuerse, doue sono; perche in region calda sono più dolci,

solci, che nella fredda, & generan più doglie,
& opilationi al fegato, & alla milza, & più
tosto si digeriscono, & fanno il corpo lubrico,
& generano miglior sangue.

ANNOTATIONI.

V Siratissimi sono i dattoli nella Soria, Egitto, *Dattoli.*
& quasi tutta la Costa d' Africa, per il vi-
uer humano, & se ben nella Costa d' Italia, & Pro-
uenza, vi siano copia di palme non si maturano pe-
rò i loro frutti, se ben dicano, che sul Napolitano
maturino, & che si portino poi altroue, come an-
cora quei d' Alessandria d' Egitto, quali si portano à
Venetia, & à noi in Piemonte vengono dalla Costa *Varietà.*
d' Africa, e sono dolcissimi; mà presto si guasta-
no: Nascono ancora in Spagna; mà non sono buo-
ni, i più lodati sono quelli di Soria, & di Palesti-
na, massime d' Hierico. Theofrasto, e Plinio ne fan-
no di diuerse sorti; perche alcuni sono senza ossa,
& altri l'ano; mà in alcuni sono duri, & in altri
moli: sono ancora differenti nel colore; perche sono
differenti trà essi, come sono i fichi, & trà essi so-
no più celebri i bianchi, poco da noi cognosciuti, poi-
che à noi si portano quasi tutti gialdi: Altri poi
sono rotondi, & tanto grossi, che in vna spica se
ne ritroua, che quattro: Altri poi piccioli simili à
ceci, ò faue: sono ancora differenti nel sugo. I più
celebrati trà tutti erano i Regij così chiamati; perche *Dattoli Regij.*
si conseruauano solo per i Rè di Persia, e questi non
si ritrouauano ecceto in vn solo giardin di Babylo-
nia detto Bagou conseruato da Eunuchi, & sono di
maggior bontà, e grandezza dell' altri. Altri an-
cora

cora dattili, si ritrouano nell'Egitto da vna palma, nò più alta d'un'huomo, che porta i frutti in quattro, ò cinque anni. Celeberrimi ancora sono quelli, che nascono delle palme, che nascono nelle valli di Palestina, chiamate Archelais, Lusias, & Phasclis. Et questi hanno vn sugo ch'è di gusto di vino dolce, come il melle, & rendono vn sugo latticinoso. In Cipro ancora se ne ritroua di diuerse sorti; perche alcuni sono che mai si compiscono di maturare, & si mangiano nerdi d'vna dolcezza mirabile: Altri sono, che vengono da vna palma simile, & porta i frutti dopo anni tre, ò quattro, & questi sono piccioli, & l'arbor carica più d'gl'altri: vn'altra specie ancora ne viene da certe palme, che hanno la foglia più larga dell'altre, & il frutto è grosso, come vn granato, longhetto alquanto, & non è dolce come gl'altri, & di questo non si ingiottisce il suo sugo; ma mastigandolo solamente si getta via. Nella regione poi meridionale sono tenui in stima, quei domandati syagri: Appresso à questi sono tenuto in conto i Margaridi, che più tosto rappresentano vn grano, che la forma d'un dattilo, & sono ancora così chiamati dalla forma, che hanno con le perle: Racconta Plinio vna cosa mirabile di vna palma, qual è in Chora, che porta di questi dattili, & vna che porta i syagri, insieme con l'ocello Fenice il quale si tiene, che habbia preso il nome dall'argomento di questo albero, che muoia, e rinascia da se stesso, dice, che detta palma era carica de frutti, quando esso scrinea l'istoria: Di più dice, che i frutti sono grossi, duri, di gusto aspri, assai differenti de gl'altri di sapor ferino, quasi come quello del cingiale.

Palma mirabile.

V'era:

REGOLE DELLA SANITA. 351.

*Verano anche i Sandalidi, così domandati dal
 lor del sandalo, & dicono che di questi non
 ritrouauano eccetto cinq; alberi ne' finid' Etyopia
 rarita, & soauità mirabile: Sono anche celebra-
 le carioti, non solo per uso di cibo; mà per esser
 bbondanti di sugo, da' quali ne fanno habbondan-
 : vino nell' Oriente: inimico alla testa: Aridi so- Vin di plma.
 o poi quei domandati Nicolaiti di gusto simile al-
 carioti, & erano così chiamati d' Augusto (come
 ice Plutarco) da Nicolao Filosofo peripatetico,
 ual tanto amaua, & d' altri Aedelsidi si doman-
 auano. Dopò à questi seguitano quelli chiamati
 ateton abbondantissimi di liquore: dal tutto aridi
 ono gli Thebaidi, & gl' Arabici, che hanno più
 osto vnacrosta, che pelle, qual li circonda. Nel
 tyopia sona tanto friabili, che ne fanno farina,
 er farne pane. Vi sono ancora i frutti della pal-
 na, qual fà il cocco del qual tratteremo, quì ap-
 resso: Come ancora per non saper, che cosa sù il
 phenicobalanum, qual dicono esser simile al po-
 no codogno, & quando è maturo, che negregia, &
 he all' hora si domanda Phenicobalanum, me ne
 passerò à trattar delle proprietà de' dattoli: sono uti-
 lissimi i dattoli mangiati, non troppo secchi alla sto- Viru.
 naco, & al petto augmentano le parti del corpo,
 ngrassano i macilenti: Li antichi dauano il sugo à
 gl' infermi, per corroborar le forze, & per leuare
 a sete, nel qual uso preferiuano gli Thebaidi: sono
 buoni mangiati per chi sputa il sangue. Galeno nel
 secondo, de Aliment. dice che quelli dell' Egitto sono
 secchi, & astringenti, & l' altri molli humidi, &
 dolci, come sono quelli domandati carioti: il sugo
 che da essi si distribuisce nel corpo è crasso, & il sugo
 d' essi*

d'essi per la dolcezza, & lentore opila il fegato, & spesso il frequente uso d'essi lo infiamma, ò vero che gli genera scirrò, dopò offende la milza, tardi ancora si digeriscono, offendono grandamente la testa

Nocuenti.

li dattoli verdi, mangiati largamente sono nocivi ad ogni cosa, i dolci hanno vn sugo caldo, & gli astringenti freddo: escitano i verdi, come i fichi flati in abbondanza, & i soldati d' Alessandria morsero per hauer mangiato dattoli verdi: Del vino di dattoli così scriue Athenaeo nel lib. 14. Peruenerant iam

Athenaeo.

ad eos vicos, inquit Xenophon, e quibus iussu ducum suorum commeatus capsandi erant plurimum illuc, & frumentum, & vinum, e palmulis erat, potu quidem suauis, sed graue capiti, acetumque ex elixis palmulis paratum: palmarum fructus quales in Graecia videre non licet, famulis apponebantur, seligebantur, quas seruarent dominis, magnitudine, & pulchritudine admirabiles, aspectu prorsus electro similes. Eas quidem arefactas in bellariorum usum reponebant. Milites eo primum in loco palmarum cerebrum esitarunt, omnibus cui detractum id fuisset, exarescentibus, admirantibus multis eius cibi speciem, ac suauitatem quandam peculiarem, quae tamen valde caput tentat.

Palmiti.

I palmiti poi tenerelli bianchi, quali si pigliano dalle palme, che si portano dalla Riviera di Genova, & molto desiderati dal Serenissimo Carlo Emanuel Duca di Savoia, quali si mangiano crudi co'l pepe, e sale, come si mangiano i tartuffani, cardi, & artichiochi, ò sia carcioffi, sono dolci di natura temperata, & alquanto fastidiosi nel digerirli, & questi

elli credo, che siano quelli de' quali scrive Ni-
idro in Georgico, pululantes in palma stolonas
cindunt, cerebrumque afferunt expetitum
bum adolescentibus: Dal mezzo poi della pal-
a detta Chamærops, veggono ancora i Cefaglioni det-
da Latini, cerebrū, come ancora da Greci ἐμκέρα - Zeffalioni.

, e come Serapione, Cephilionem, questi na-
mo nel mezzo di dette palme grandi simili al-
nuolucri, che circondano i fiori, e frutti de datto-
detti Elate, di natura simile à palmiti della pal-
a humile del Mathioli, quali vengono dalla parte
ossima alla terra, che produce vn germe di forma
obosa, qual ancora domandano cerebrum, circō-
ito di vari inuolucri tenerello, saporito, & grato
la bocca, qual si mangia alla seconda tauola.

Che non siano ponto astringenti, mà dol- **PISANEL**
, maturi, e che di dentro non siano guasti, **LI.**
orrosi, ò tarlati. **Elettione.**

Ingrassano, piacciono al fegato, sono buo- **Gionamensi.**
i per la tosse, e fanno diuenire il corpo lubri-
o.

Nuocono à i denti; & alla bocca, e fanno **Nocumensi.**
enire fuori le morici, mordono lo stomaco,
anno doler la testa, & oppilano il fegato.

Mangiandosi cotti, e conditi co'l zuccaro, **Rimedio.**
ome sono gl'altri frutti, ouero mangiando ap-
resso à i crudi, cibi acetosi, ouero conditi con
aceto.

Sono caldi nel secondo grado, & humidi **Gradi.**
nel primo.

Non sono buoni in alcun tempo, per nessu- **Tempi, Età,**
na età, e complessione, si uo che quando so- **Complessioni.**
no conditi co'l zuccaro.

Z

Le

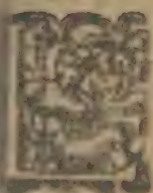
Le palme nascono copiosamente in Egitto, & Giudea. In Italia non fanno frutto, che si maturo. Nelle maremme di Spagna i frutti non diuengono mai dolci, mà aspri, e spiaceuoli al gusto. In alcuni luoghi d'Oriente se ne fa il vino, & in altri pane. Sono di queste infinite spetie, forsi sino al numero di 49. Questo arbore non sostien pesi, ne si lascia piegare, anzi tira in alto quei, che ce cano abbassare i suoi rami, e però si pone per segno della vittoria. I dattili generano vn sangue, che subito si muta in colera, danno nutrimento, mguastano i denti, se subito non si nettano, e si lauano ben bene. Riempiono i corpi di crudi humori, quali poi generano longhe, e cattiuue feбри. Il sugo è tanto viscoso, che fa oppilationi non solo nel fegato, mà ancora nella milza, in tutte le viscere & in tutte le vene.

De' dattili, essendolor di poco, ò di nessun giouamento, ogn' vno se ne deue astenere; poiche eccittano dolor di testa, dolor di stomaco, & di corpo. Fermano nondimeno il flusso del corpo, & messi in gargarismo, guariscono le rosioni de' cancri, che vengono in bocca. Se si pigliaranno due dattili, quali sia cauato l'osso, riempiti di quella grana, che si tinge il scarlato, & dati à mangiar alla donna grauida, impediranno, che non farà abortito.

L'ossa de' dattili poluerizate, & date à bere a peso di mezza oncia, con vna dramma di sangue di Draco in lachrima, & acqua di portulaca alle donne, che patiscono il flusso de' menstrui bianchi, li fermerà presto. Così fermerà il flusso del sangue della vessica, se si darà abbrusciata al peso d'vna dramma, con la grana del chermes, parimente abbruscia;

lasciata, & beuuta. Perciò non sò come scriua
che la poluere d'essi presa l'ultimo mese della
grauida con brodo, gli faciliti il parto con
dolore.

E N D I U I A. Cap. XXXVI.



'Endiuia l'vna è seluatica, & ama- *Indinia*
ra, & l'altra è domestica, & horto-
lana, con le foglie crespe: l'vna,
& l'altra s'vsa nell'insalate, & cibi.
Quella ch'è fresca, è fredda, & humida in pri-
mo, & quanto più partecipa d'amarezza, tan-
to meno partecipa di frigidità, & humidità:
non dimeno alcuni dicono, che la seluatica, è
fredda in primo, & humida in secondo, e se-
con, che l'endiua non generi buon sangue,
così, come la latuga nondimeno è di miglior
virtù. La seluatica, è assai miglior, che la do-
mestica, apre l'opilationi del fegato, & delle
vene, estingue la troppa calidità, rimoue il fa-
tidio dello stomaco, prodotto per la calidità
dello confortandolo, è cosa ottima mangiata
allo stomaco caldo, ò vero empiastrata sopra.
Di più questa singolar virtù l'endiua, trà
altre herbe, che la presta giouamento al fe-
gato, tanto in materia calda, quanto in mate-
ria fredda. Nella calda per ragion delle qua-
rità manifeste, nella fredda; perche apre l'opi-
lationi, & per la sua occulta proprietà mangia-
ta con aceto, conforta lo stomaco, & stringe
il ventre; l'endiua con sua radice pistata, &
empiastrata, ò vero il suo sugo beuuto, gioua
Z 2 alla

256 REGOLE DELLA SANITA.
alla pontura de' scorpioni, & delle vespe,
delli cattiui, & venenosi vermi.

ANNOTATIONI.

L'Endiuia, che si vſa ordinariamente è di due
specie, l'vna creſpa, & l'altra liſcia, quella
che con l'arte de' giardinieri, non è fatta bianca,
buona à tutto ciò, che deſcrine l'Autore, & quella
che è fatta bianca, è più buona per l'vſo d'alimen-
ti, che per medicamento; perche non è così gioue-
uole, per lenar l'oſtruttioni del fegato, & milza
mà è più refrigerante: l'endiuia ſeluatica detta ci-
corea, hoggidì ancor ſi coltiua ne gl'horti, & ſ'vſa
la radice cotta, & con paſſole, per l'inſalate, & la
ſylueſtre è migliore per medicina. De' fiori ſe ne
fà conſerua boniſſima, per i ſopraſcritti effetti.
Nella primauera ſ'vſa l'inſalata del roſtro di por-
co, che fà i fiori gialli; mà è più difficile à digerir-
re. Di tutte le ſpecie d'endiuie cotte, ſe ne fanno
riuande à febricitanti. Oltre à queſte ſi mangia
la Primauera il Taraxacon, ò ſia dente di Leone,
che porta i fiori gialdi cotto, e crudo nell'inſalate,
& è più difficile à digerire, ſi ritroua ancora la ci-
corea verrucoſa, ò ſia zacintha, qual mangiata
guariſce le verruche, come ancor mangiando ogni
giorno per alquanto tempo cinque radici di cicorio
ſtrumoso del Myconio co'l melle guariſce le ſcro-
le.

PISANEL
LI.
Electione.

Quella che ſi coltiua ne gl'horti, ch'è me-
glio della ſeluatica, ſia tenerella, che non hab-
bia prodotto il fuſto, ne faccia il latte, e che
ſia di ſapore dolciſſimo.

Rinfreſca

REGOLE DELLA SANITA. 357

Rinfresca il fegato, & tutti i mēbri infiam- *Gionamenci.*
ati, smorza la sete, prouoca l'orina, e fà ve-
buono appetito, ne' tempi che sono mol-
caldi.

Nuocel'vso di questa herba, à quei che so- *Nocumenci.*
paralitici, ch'hanno il tremor, e lo stoma-
freddo, e ritarda vn pocchetto la digestio-

Mangiandosi con la nepeta, ò con le cime *Rimedio.*
ella mentucia, ò con la rucchetta, ò con al-
e herbe calde, che così se gli leua il nocu-
mento.

E fredda nel principio del secondo grado, *Gradi.*
humida nel fine del primo.

E buona ne' tempi molto caldi, per i gioua- *Tempi, Età,*
i, & per i colerici, e sanguigni, e che hanno *Complezioni.*
lo stomaco molto caldo.

L'endinia domestica è più fredda, e più humi-
la della seluaggia, & al gusto ancora più insipida,
essendo che le cose seluaggie, hanno più sapore,
perche hanno più siccità. Gioua la domestica mol-
to al fegato infiammato, & opilato. Apre le ostrut-
tioni, purga il sangue, e sana la rogna, smorza
gl'ardori dello stomaco, & in tutto, è per tutto cor-
risponde alle virtù della Lattuca. Il sugo di questa
herba beuto sana le morsicature delli scorpioni, e
così anco fà l'herba posta sopra in modo d'empia-
stro. Vasi ancora di mangiarla cotta nel brodo del-
la carne ne' tempi molto caldi, & è cibo molto à pro-
posito per rinfrescare tutte le parti, e viscere di den-
tro. Mangisi cruda, e cotta secondo la forza, & il
calore che tiene lo stomaco.

L'endinia con la sua radice pestata, ò empiastra-

Z 3 ra,

ta, ouero beuuto il suo sugo guarisce i morsi scorpioni, delle vespe, & d'altri animali picci venenosi. Riferisce Ramondo Lullo dell'acque, quamente l'acqua d'inthibo, ò sia d'endiua, raffred tutti gl'affetti caldi, e sana tutte le adustioni fa d'acqua, ò da fuoco, lauandole con quella. Va contra le febri terzane, & a' rinchiudimenti di v scere, beuendone, & bagnando di fuori il corpo.

**PISANEL
LI.**

Electione.

Giuuamenti.

Nocumenti.

Rimedio.

Gradi.

**Tempi, Età,
CompleSSIONI.**

Quella specie, che fa i fiori di colore Tur chino, che si aggirano co'l Sole, onde son detti Helitropij: mà che sia tenerella, & prendano le cime.

Gioua mirabilmete à quei che sentono cal do, ardore, & infiammazione nello stomaco apresenza comparatione le opilationi d el fe gato.

Nuoce à quelli che hanno lo stomaco debo le, & freddo: & il sugo che genera, è di poco, & non buono nutrimento.

Cuocendosi nell'acqua, e poi con oglio, & aceto, mangiandosi in insalata, ouero cruda con la Nepeta, ò altre herbe, che siano calde.

E fredda nel primo grado, & secca nel se- condo.

E buona d'ogni tempo, per li giouani, e per quei che sono di calda compleSSIONe, mas- sime la state.

La cicoria è il più potente, & efficace rimedio, che si possa usare per mantenere il fegato netto, purgato, & le sue strade ottimamente aperte: e pare che il fegato si goda particolarmente di que- sto cibo. Non si mangi cruda da quei che hanno lo stomaco freddo, e che sono soggetti à catarri: mà si

CIUOCA

REGOLE DELLA SANITA. 359

ca nel brodo ottimo di perfette carni, che se ne
euerà manifesto, e notabil giouamento. In Ro-
si v/a la state mangiare le cime tenerelle della
oria crude, e si chiamano Mazzocchi, e seco vi
nescola la Nepeta; perche non offenda lo stomaco,
nell'aceto ci pongono vn poco di aglio infuso, che
fà gratissima al gusto, e risueglia onnipotente-
mente l'appetito, e fà sapere buono il bere. Eccì
na spetie di cicoria detta da Teofrasto Aphaca, e
olgarmente, Piscia al letto, e Grugno di porco, e
ente di Leone: e dente di cane; qual dicono i super-
tiosi, che il suo sugo incorporato con oglio, & vn-
tutto il corpo fà impetrare fauori appresso a' gran-
i, & ottenere da loro ciò che si desidera.

Ogn'vno può sapere si come la decottione della
cicoria beuuta in forma di syropo, è vtile alla gial-
lezza, & alla calidità del fegat. il suo sugo beuu-
o di due giorni l'vno à digiuno, ferma lo sputar del
angue. La dett'herba pestata, & messa sotto la
nammella sinistra, guarisce il tremor di cuore.
Non posso se non biasmare i Medici del nostro tem-
po, che concedono la cicoria cotta per insalata a' fe-
bricitanti, hauendo scritto Galeno nel lib. della
bontà de' succhi, che la cicoria è del tutto cattina.

R V C V L A. Cap. XXXVII.



Larucula, l'vna è hortolana, & Pal- Rucula.
tra è seluatica, è calda nel secondo,
& secca nel primo grado; mà la fre-
sca è humida nel primo, benche el-
la sij inflatiua: nondimeno apre le opilationi
del fegato, mangiata sola induce dolor di testa,

Z 4 il qua-

il quale con l'endiuiia, & porcachia si rimuou
La rucula induce diuersi effetti : secondo ch
varie sono le complessioni , & diuersa qual
tà . Deuono astenersi d'essa , i colerici , & san
guinci , saluo che non si mangiasse , con le pro
dette herbe refrigerati . Se di quella se ne man
gia assai , aguzza il sangue , rimuoue la lussuria
& desicca la sua materia . Mangiata temperata
mente conforta la digestione , incita il coito , &
accresce la sua materia , & propriamente man
giata cotta .

ANNOTATIONI.

L *A rucula non si mangia, se non nell'insalata ,
& l'acqua distillata scaccia le renelle , & leua
l'ostruttioni : il seme incita il coito ; perciò così scri-
ue il Martiale .*

Et venerem reuocans eruca morantem .

Et quæ frugifero feritur vicina priapo ,

Excitet , vt veneri tardos eruca maritos .

Item .

Iamq; eruca salax foecunda peruenit horto .

Item Ouidio .

Nec minus erucas iubeo vitare salaces .

*Di simil natura è la eruca palustre detta da Frä-
cesi l'herbe sainte Barbe , & la eruca maritima
di Corsica chiamata cinerea . L'eruca peregrina
del Clusio , & la seluaggia delle foglie strette . In
Spagna vsano il seme della eruca seluatica in luogo
di senapa .*

ENV-

E N V L A. Cap. XXXVIII.



'Enula è calda, e secca in secondo, benchè contenga in se alquanto di superflua humidità. Noi vsiamo la sua radice, ò nell'insalata con la sua amarezza, ò cotta in tortolle con oua; ceruelle, e cose simili, l'vso suo meglor è nell'inuerno: conforta il cuore, e mondifica il petto, & polmone da superflui, & viscosi humori, gioua allo stomaco ripieno, apre l'opilationi del fegato, & della milza. Il suo superfluo vso diminuisce lo sperma, e putrefà il sangue, conferisce alli podagrici, alle sciatiche, & à tutti i dolori causati da frigidità. Gioua al morso de' serpenti: ancora hà l'enu-la, & propriamente suo sugo singolar virtù nell'amazzar i vermi, & li fa vscir dal corpo.

ANNOTATIONI.

L'Enula non si vsa ne' cibi, eccetto alcune volte, che si mette in certe compositioni di capone, per dar li odore, & si chiamano Inoloti; mà si mette in poca quantità. Dice Plinio, che Liua Augusta l'vsaua continuamente ne' cibi: & che vsata da se sola nuoce allo stomaco; mà non accompagnata con cose dolci. In Germania fanno il vino enulato, vtile per lo stomaco.

Se ne fa vna mistura di sua radice cotta sotto le braggie, co'l melle, & zuccaro, per gl'affetti freddi del polmone, & stomaco, & gioua assai.

FICHO



L ficho fresco è vn poco caldo, & alquanto declina all'humidità . Il ficho secco è caldo, e secco in primo: trà i frutti il più lodabile, & che più nutrisca, è il ficho maturo. Quel che non è maturo è caldo, & ardente, & è cattiuo per il suo latte; mà ben maturo è trà li cibi, che non portano nocumento, se ben che tutti li frutti siano nociui. E se ben il ficho habbia la scorza dura da padire, come la codiga, & habbi la semenza panicosa, & da lui solo sij generatiuo di mali humori, nondimeno il ficho se ben, che non sij simile di nutrimento alla carne: trà gl'altri frutti esso è di migliori, & di più grande, & lodabil nutrimento.

Le fiche bianche sono migliori delli rossi, & li rossi delli negri. Tutte le fiche, però hanno virtù d'ingrassare, se ben, che la sua grassezza presto si risolui. La principal conditione del ficho, è di generar buono nutrimento, se nello stomaco troua buoni humori; mà se esso troua mali, & superflui (specialmente il ficho secco) genera male, & penetratiuo sangue, & secco tira quelli cattiuu humori alla superficie del corpo, & parti cutanee; per questo il ficho genera pedochij, & fa inhumidire la codiga elteriore, & sudare. Ogni ficho così secco, come fresco gioua al mal caduco, lenisce il polmone, & l'asperarteria, & l'asprezza del petto: apre l'ostruccioni del fegato, & della milza; se

REGOLE DELLA SANITA. 363

za ; se ben li porti nocumento , quando sono apostemate , per la sua dolcezza : prouocano orina , & scacciano gl'humori grossi dalle reni, & dalla vesica: il ficho fresco nuoce alquanto allo stomaco ; mà secco non nuoce . Il secco è di mirabil giouamento, in aprire le vie de' cibi , & propriamente con la nuoce, ò con la mandola . E hà alquanto di virtù solutiua, & propriamente con l'amandole. Li primi fichi, che sono come fiori , quelli che chiamano folizani , hanno vn'humidità superflua , & indigesta , & di graue , & mal nutrimento , & difficilmente digestibile : & da questo viene, che non si possono seccare al Sole ; benche si producano nella più calda stagion dell'anno , & da gl'Autori , per esperimento, s'è trouato, che mangiando la mattina à digiuno il ficho , con la nuoce, e la ruta insieme , hà speciale virtù , contro ogni veneno , & aria pestifera .

I fichi alcuni sono domestici , & altri seluatici , chiamati da Latini *Caprificus*, il cui frutto mai si matura , & gli tardiui de' domestici quali si ritrouano ancora sù gl'alberi immaturi , si domandano da Dios. Grossi , & i primitiui detti da noi fichi fiori grossi *olynthi* , questa parola carica se ben noi l'intendiamo per il ficho : par però , che fosse altro frutto particolare in Soria . Gli rami del caprificho cotti con la carne di bue, la fà cuocer prontamente: questi rami ancora coagulano il latte, e soglion il coagulato, come fa l'aceto.

ANNO

ANNOTATIONI.

Fichi

NElle parti della Liguria, si ritrouano molti luoghi, quali parte dell'anno viuono di fichi secchi, come anco molti ch'habitano vicino al mar Ligustico, à Nizza di Prouenza, & tanto può la consuetudine, che sono gagliardi è forti, come se fossero nutriti d'esquisite viuande; perciò si chiamano figoni; da i fichi, che di continuo mangiano.

Vi si ritrouano ancora diuersità de fichi nelli colli, & vicino alle colline dell' Alpi, & più celebri sono i negri co'l collo lōgo, dopò questi i biāchi, in Prouenza, & luoghi maritimi, se ben siano più saporiti i bianchi, (come vuol il Benzo,) che i negri. Indi i rossi: v'è ne sono altri detti mellica, di dura corteccia, c'hanno la polpa più densa, biancheggiente, che non si corrompono così facilmente.

I più biasmati sono i piccoli tondi, e rossi. Quando comminciano à guastarsi, sono vn poco agri, & non si deuono in modo alcuno mangiare.

Alcuni sono di parer, che il vino gli corrompi più facilmente nello stomaco, che l'acqua: mangiati co'l zuccaro, non sono così nocini.

Atbeneo lodò i fichi di Etolia, Caria, Paria, di Chio, chiamate da Romani calistrutie, in Piemonte lodano quei di Prouenza. Il Quercetano scriue, che la Guascogna è tanto copiosa, & abbondante de fichi, che ne nutriscono i porci, & dice, che se ne ritroua di varij colori, cioè bianchi, negri, verdi, porporei, ossiegianti, pallidi, & variati. In somma il ficho, & l'vua nutriscono assai, come afferma Galeno, portando l'esempio de' custodi dell'vua; conciosiache

REGOLE DELLA SANITA. 365

ciofiache in quel tempo gli custodi d'essi, s'ingrassino d'vua, & fichi; mà quel nutrimento è flussibile.

Prima i bianchi, secondo i rossi, & vltima- PISANEL
mente i negri; perche quei che hanno la scor- LI
za più sottile, sono più digestibili, mà tutti sen- Electione.
za scorza, mondi, netti, & maturi.

Nutriscono ottimamente, purgano le reni Giouamenti.
dalla renella, preseruano dal veneno, e nutri-
scono più degl'altri frutti, cauano la setc, e net-
tano il petto.

Generano ventosità, quando se ne mangia- Nocumenti.
no molti: e però offendono lo stomaco à quei
che patiscono dolori colici, e che sono pieni
di crudità.

Mangiandoci appresso granati, ò aranci Rimedio.
acetosi, ouero altri cibi, che siano conditi con
l'aceto.

Sono caldi nel primo grado, & humidi nel Gradi.
secondo.

Sono buoni in tutti i tempi massime nel- Tempi, Età,
l'Autunno. A tutte l'età eccetto à vecchi, & Complezioni.
à tutte le complessioni, mà che siano ben ma-
turi.

I Fichi non nutriscono quanto i grani, e la car-
ne, mà più de gl'altri frutti, e più presto. Quan-
do incominciano à maturare, mostrano il latte, quan-
do sono maturi il frumento, e quando sono matu-
rissimi il mele. Sono composti di seme, scorza, e car-
ne. Il seme non nutrisce, anzi è di natura di pietra,
la scorza è dura da digerirsi; mà la carne nutrisce
assai. Appresso loro si beue l'acqua fresca, perche
sono caldi, sì come appresso i frutti freddi si beue
il vi-

il vino. Ingrassano, leuano il mal colore, giouano al coito, e quando sono à fatto maturi sono ancora del tutto senza pericolo. I secchi giouano alla tosse, e perche sono glutinosi, si mangiano con le noci, o con le amandole, che così si fanno più aperitiui, e più sani. Purgano le reni, che sono sane, e non quelle che sono ulcerate dalla viscosità, mà sono alquanto ventosi. Sono caldi nel secondo grado, e secchi nel mezzo del primo, à molti prouocano il sudore, & generano pidocchi. Questo arbore per la poca radice presto inuecchia, & il suo frutto non hà nessuno odore.

Vuol il Pisanelli, che dopò i fichi si debba beuere dell'acqua, dicendo che per essere il ficho caldo, l'acqua fredda viene à temperare la calidità loro, & per la sua grauezza, li fa presto discendere à basso, seguendo il commun parere. Il contrario dice Hippocrate. Est, & ficus cum cibis bona, & meracum vinum ab ipsa. Altri vogliono, che si beua acqua calda, per essere più aspersiua della fredda, farà maggiore aspersione nello stomaco, & nelle parti interiori; Come esterioramente vedemo, che più asperge le mani la calda, che la fredda. Così per la sua aspersione, sarà causa, che i fichi non si reteneranno longamente nello stomaco. Aristotile ne' suoi problemi, al prob. 8 della 22. sessione, scriue, che dopò i fichi, o vero si beue acqua fredda, per stegner l'ebullitione, che si fa nello stomaco del nostro calore naturale, o vero si beue vino puro, accioche il vino, per il suo calore, smorzi il calore del ficho: si come vn gran fuoco suol smorzar vn piccolo. Mà lasciando tutte queste opinioni, lodarei, che non si beuesene

REGOLE DELLA SANITA. 367

ne acqua, ne vino dopò i fichi, ne dopò altri frut-
ti humidi; mà si mangiasse qualche cibo solido, co-
me pane, carne, formaggio, & poi beuer vino, &
osì si conseruara più la sanità. Sogliono i fichi
cacciar le superfluità, che sono nelle parte profon-
di del corpo all'esteriori della cute, & perciò gene-
rano pedocchi, rogna, sudori, & altre sordidezze.

criue il Sauonarola, che al suo tempo in Padoa vn
garzone trouando vn baril di fichi di suo padrone,
ne mangiò quaranta libbre, & poi si morì Etlica.

Si legge, che il ficho hà in se questa virtù occul-
ta, che essendoni qualche giouenco sfrenato, che non
possa domarsi, legato ad vn ficho, subito s'adome-
stica, & perde la sua fieraZZa seluatica. Più
leggesi, ch'attacata la carne dura di qual si voglia
animale ad vn ramo di ficho, subito l'intenerisce, &
i cucchiari fatti del legno del ficho, fanno cuocer
più presto la carne; sendo, che dal ficho esce vn va-
por vehemente, che dissecca, & digerisce la durezza
d'ogni sorte d'animale. Il ficho cotto con hissop-
po guarisce la tosse vecchia, & corregge i difetti del
polmone, & trà l'altre virtù del ficho (che sono
pur assai) i fichi abbrusciati, & ridotti in poluere,
mescolati con vn pochetto di cera, fanno vn vnguen-
to stupendo, per guarir' i pettignoni, ò mule a' cal-
cagni.

Il latte del ficho beuuto insieme con amandole
trite, solue il corpo, & apre l'opilationi della ma-
trice, & messo nell'orecchia con sugo di senape, le-
ua il ciuffolo d'essa.

DEL

DEL FARRO. Cap. XL.

Farro.



L farro è specie di formento, che vſano ne' cibi, & è di natura quaſi temperato; mà inclinante à qualche calidità, è di buon nutrimento, genera lodabil ſangue; mà il ſuo ſuperfluo uſo, genera opilation di fegato, & milza: & nuoce à quei, che hanno le pietre, & arenelle nelle reni, & veſica. Quando è fatto, d'orzo, ritiene le ſacoltà dell'orzo.

ANNOTATIONI.

Far nome generico.

Far Cluſino.

Queſta parola Far era nome generico d'ogni ſorte di formento, come ben recita Columella nel libro 8. cap. 5. Perciò ſi diceua far Triticeum, per il tritico, far Hordeaceum, per l'orzo, & far Adoreum, il qual vogliono, che ſia il far Cluſino, qual depinge il Dalemcampio nel primo dell' Hiſt. delle piante, qual produce l'arriſte lunghe, e pongenti, con molti folliculi, quali inuoltano il grano, longo, e ſottile, canulato aſſai in profondo, arido, che difficilmente ſi caua; perciò ben diſſe Plinio nel lib. 18. cap. 8. In area non exteri, vt triticum, hordeum, ſiliginem, ſed toſtum purgari, vt panicum, milium, quæ cum folliculis cruda ſeruntur: ac idè far minimè toſtum cum vaginulis ad ſatum ſeruari; E queſto tal farro in Piemonte ſi tien tal volta à vender nelle ſpeciariæ, e credo che ſia quel del Benzo, qual ſi domandaua, adoreum, ancora de gl'antichi.

Chiamano

REGOLE DELLA SANITA. 369

Chiamano ancora Farre, in Piemonte la Zea,
 sia spelta scorticata, qual da Milanefi si doman-
 da Aiga, quasi Alica, come la chiamauano gl'anti-
 chi, come si può veder in Dios. nel lib. 2. cap. 89.
 che dice plus alit quā oriza, aluum magis choi-
 et; stomacho longè vtilior, e Galeno nel primo
 lib. così dice, valenter nutrit succumque len-
 tem habet, siue in aqua duntaxat coctam cum
 melle, aut vino dulci, aut etiam adstringen-
 te, &c. Questa grana d Zea, che gl'antichi ne fa-
 ceuano l' Alica, si fa ancora hoggi in Sicilia, e la
 chiamano Farro, come ancora faceano i Græci, co-
 me recita Dionisio Halicarnass. Nominabant, pri-
 mi Romani sacras nuptias vocabulo suo, φαῖρον
 φαῖρον, quia coniuges vescerentur eodem, φαῖρον,
 mod nos Græci Ζέα; dicimus, e così ancora As-
 clepiade, appresso Galeno nel 9. ph. l. c. cap. 3. φαῖρον,
 φαῖρον Ζέα, Cioè Farro, qual chiamano Zea, e
 così ancora la più parte del Farro, che s'usa in
 Piemonte, e la Zea domandata da Salassi spiota
 alla voce corrotta Italiana spelta, e pirra dell'istef-
 sa virtù del Far clusino, e si dà a sani, & amala-
 ti, ancora si fa la Zea dell'olyra detta da Fran-
 cesi Arinta; mà nutrisce meno, come ancora la Ti-
 pha del Dodoneo, domandata da Francesi Meteil; mà
 alcuni vogliono, che la Tiphia sia à noi incognita.
 del resto altro non è il Farre del Tritico, ò formen-
 to, che il grano scorticato al mollino domandato se-
 mola, qual si porta à noi di Genoua, e la fanno in
 Sardegna, e Sicilia, per hauer i loro grani più gros-
 si, e bianchi commodi per farla: del Far di for-
 mento Plinio nel lib. 18. cap. 7. così scrisse, popu-
 lum Romanum Farre tantū è frumēto CCC.

Zea, ò spelta,
 ò pirra esser il
 Farro volgare.

Galeno.

Olyra, e Ty-
 pha.

Semola è il
 far di formen-
 to.

A a annis

370 REGOLE DELLA SANITA.

annis vsū Verius tradit. Questa si lava, et poi
fà cuocer al buon brodo, tall'hor alterato per febrili
tanti, o vero aggiogendoui tall'hor latte di semen
za di melloni, o cocumeri, Et è cibo temperato, e
facil digestione, che non grana lo stomaco, e no

Orzo mondo. i farcisse. Quel d'orzo qual scrive il Benzo, e l'orz
mondato dalla sua arista, e spoglia chiamato Gym
necitōn, del qual sene fà minestre, come ancor
con il brodo, Et tall'hor per gl'amalati se ne f
l'orzata per gl'infermi, come si dirà altroue. L'ul

Auena monda timo è il Farre d'auena fatto di grossa auena negr
de' monti, qual si spoglia da sue ariste, come si fa
dell'orzo, e la mang'ano i paesani dell'Alpi Cotic,
e nel Marchesato di Saluzzo, e ne fanno minestre,
come del Farro, e orzo per gl'amalati, qual dico
no esser più detergenie, e di più facil digestione,
questo cibo l'vsaua molto il Signor Iosredo Gamba
rana, Corifeo de Medici de suoi tempi, nel Piemōte,
è hoggidì i Medici del Marchesato di Saluzzo, e gli
paēsani lo chiamano Gruz d'auena, o biaua. Il vol
gare poi è il Clusino, e la zea, o sia spelta delle
qualità datteli dal Benzo.

DELLE FAVE. Cap. XII.

Fave.

Fave verdi.

Documēti.



Ono le faue fredde, e secche di tem
peramento. Le verdi sono alquan
to humide, & sono peggiori; per
che generan superflua humidità,
& nuoceno assai più allo stomaco. Tutte le
faue sono di dura digestione; per la loro ven
tosità, & sono molto inflatiue; perciò man
dano vapori, e generan grauezza di testa, &
ingros.

REGOLE DELLA SANITA. 371

grosso i spiriti del capo, & escitano cattivi
sogni. Le migliori sono le scorticate e fran-
che quelle che si mágiano con la guscia. La *Faue scortica*
nga loro remollitione, & la molta decottio- *re.*
, & specialmente mangiate con le specie, & *Corruptione.*
erbe calde, gettando ancora via l'acqua del-
loro prima decottione: rimoueno la loro
tostità. Conferiscono alla tosse, & al pet- *Virtù.*
lenificandolo: mangiate con l'aceto, & lo-
scorze astringono il ventre.

ANNOTATIONI.

E Faue sono di due specie, cioè picciole, delle *Faue di due*
quali v'è ne sono delle bianche, & negre: & *sorti.*
grandi chiamate da noi barauantane, quali sono
dopoio più grosse; la cui farina è miglior dell'al-
, & ne fanno alcuni pane, per il vitto de grega-
, ò vero la mescolano con altra farina: Del pan
faua ne ingrassano i bestiami nell'inghilterra. Si
mangiano verdi, & secche scorticate: Le verdi so- *Faue verdi.*
più refrigeranti, & meno essiccanti, che le sec- *Faue scortica*
e, & quelle scorticate, sono di maggior nutri- *ta.*
mento, & conferiscono al petto, & s'usano nella
quadragesima in molti modi. Le fresche si man- *Faue fresche*
ano con la guscia loro cotte prima, & indi con
aceto, e pepe, & sono astringenti, ò vero tirate
ori dalla guscia fresche, cotte al buon brodo, se nè
minestra di nutrimento mediocre, & manco noci-
dell'altre: specialmente con suoi correttui, che
no il pepe, salvia, & vn poco di maggiorana, &
al tempo di vigilia, con l'oglia, ò butiro; Altri vo-
ono, che grauinolo stomaco più dell'altre, e ciò

A a 2

fanno

- Faua secca.** fanno crude; poiche cotte con suoi correttini non nanno tanto. La faua secca cotta co'l buon brodo è vero con la carne di porco, come fanno in Piemonte ne' giorni di Pentecoste, è vero nella settimana & annuali per eleemosyna de loro defonti: quali donano à poueri: hanno le qualità, che scrine il Bezo. La scorticata, non è così difficil al digerire, & ne fà diuersità di viuande, come minestre, e pollente & sono di gran nutrimento, e buone per il petto e tosse, massime co'l butiro; mà genera vn sangue crasso, come ancor crassi, viscidì, & terrestri humori, da i quali si generan li calcoli nelle reni, & altri simili mali. Il suo correttino è il porro, & pepe. Il Mercato dubita se la faua, che noi vsiamo sia quella, che scrine Gal. mà per esser questa cosa ambigua, io la tralascio: Pitagora vietò il suo uso credendo ancora, che fossero piene d'anime de morti com'ancora perche perturbano l'animo, come recita Platone, & Empedocle dice. Ah miseri à cyamoni miseri, subducite dextras.
- Virtù.**
- Nocumenti.**
- Correttino.**

- Della qualità della faua, Dios. (come dice il Cornario nel embl.) vole che sia temperata trà il caldo & freddo. La sua farina è deterfiva, il suo pane graua lo stomaco. L'empiastro fatto con essa farina vino, et acqua e vn poco d'oglio rosato gioua all'infaggiioni, e contusioni de' testicoli. L'acqua distillata delle guscie verdi prouoca l'orina, mitiga l'ardor d'essa, & gioua alla calda intemperie della matrice.
- Acqua.**

PISANEL trice.

- LI.** Grossa, netta, lucida, senza macchie, e che non sia stata forata da' vermi, che sono detti Gurguliones.
- Elettione.**

- Giuuamenti.** È buono rimedio per leuar le vigilie, sana la do-

REGOLE DELLA SANITA. 373

la doglia di testa, detta Hemicraneia, & in-
tassa il corpo.

Genera molta ventosità, fa stupidi in sensi,
fa venire sogni pieni di trauaglio, e di per-
urbatione. *Nocuenti.*

Cuocendosi con sale, & origano, e senza
scorza, lasciandosi cuocere sin tanto, che sia
liscia. *Rimedio.*

E fredda nel primo grado, & secca nel se-
condo. *Gradi.*

E buona ne' tempi freddi, per le genti ru-
tiche: & la tenerella per quei, che hanno lo
stomaco caldo. *Tempi, Età, Complexioni.*

La Fava genera molto vento, e però ella nuoce
a quei, che patiscono i dolori colici, fa le carni assai
molli, & induce sonnolentia, senza la scorza di-
viene assai migliore, perciocche ella astringe, & opi-
a, e la midolla netta, monda, & asserge: chi usa
e faue getta horribili sospiri. La faua fresca, e
verde è fredda, & humida, e genera flemma, la
ecce si deue cuocer senza scorza, tanto che si dis-
solua, aggiungendoui molto pepe, o canella. La
verde genera molti escrementi. Se le galline man-
giano la faua, l'oua loro facilmente si spezzano.
Genera opilatione, facendo nella carne quello che fa
il fermento nella pasta.

Possede ancora la faua molte virtù; perciocche
franta gionta all'asprezza del petto. & del polmo-
ne, & l'acqua delle sue cortecce fresche, fatta per
bagno di maria, è mirabile a prouocar l'orina, &
e con essa si distillarà zuccaro candido, gionterà al-
le carnosità della verga. Il suo fiore distillato per
vetro, fa vn'acqua buona per lauar il volto alle
A a 3 donne

donne, & esso suo frutto causa più presto danno mangiandolo, che viile; perciò che causa pazzia, & altri mali effetti. Per questo basti per adesso quanto d'essa se ne troua scritto. La cenere de' g. secchi, impiastata con songia di porco, gioua a sciatica, & à i dolori freddi de' nerui, & sparsa in terra, fà nascer presto il petrosello.

DE' FONGI. Cap. XLII.

*Fongi, e tartu-
fali,
Qualità.*



Rà li fongi, e tartufali v'è differenza, come diremo nel cap. de tartufali. Li fongi sono freddi, & humidi nel quarto, se ben alcuni dicono nel terzo, sono i fongi di difficil digestione, generan grossi humori; perciò l'huomo deue guardarli di mangiarli; perciò che generan stupore ne' membri, fanno dolor di ventre, generan apoplezie, difficoltà d'orina, putrefactioni, & indi ne segue tal'hor la morte.

*Fongi buoni,
& altri cattivi.*

De' fongi alcuni sono mortiferi, & altri no. Quelli che sono negri, & nella loro sostanza verdi, ò di color azzuro, sono del tutto mortiferi.

Note de' cattivi.

E quelli che nella loro superficie ritengono vna humidità viscosa, & apparente putrefactione sono ancora simili. Quàto alla loro bonità, si deue star alla relation de' gl'esperti, & che habitano ne' paesi doue nascono: niente dimeno ancora quelli, che sono sperimentati non cognoscerli, sogliono ancor tal volta inganarsi.

*Fongi tutti pe-
ricolosi.*

Poiche la specie del fongo buono, è difficile à cognoscer: poiche pono tutti acquistati mala

mala e venenata qualità, essendo che li fungi nascono da vaporosa putrefactione, & non da propagation di seme, ò da radice, come gl'altri vegetabili. La onde la miniera del suo nutrimento, potrà esser sulphurea, ò produttiva l'altro veneno. Deuono adunque guardarsi quelli che vanno à coglier li fungi, di schiuar uci ancora, che nascono appresso à ferro ruinoso, ò vero appresso à gl'arbori venenosi, ò ero che li possano partecipar qualche mala qualità, come è l'oliua: se ben ch'ancora d'essi alcuni siano buoni. Bisogna ancora hauer cura di non pigliar quelli, che sono appresso le cauerne de' serpenti, rospi, & delli vermi venenati; perche da quelli se ne veduto mali esempi, & molte famiglie per mangiar tali fungi sono tutti morti, in vna notte. Si deue però fuggire la loro comestione; mà se pur alcuna volta vi inganasse, il suo sapido sapore, & che per questa bisogni che l'intelletto vbedisca al sentimento: all'hora deui annotare, che li peri sono triaca delli fungi. Mangiar adunque, si deuono allestati con li peri insieme, ò ero con le sue foglie, & poi si deue gettar via la prima acqua, & indi ricuocerli sino alla debita perfettione nella seconda acqua, & poi si euono condire col pepe, & sale, ò specie calde. Si deue ancora dopò à essi beuer vino buono, e puro; perche in questo consiste la teriaca virtù. E ancora vtile mangiarui sopra pei; mà già non quelli, ne' quali sono stato coti con gli fungi.

Auertimenti.

Oliua imprime mala qualità hà fungi. Cauerne d'animali venenati

Antidoto.

ANNOTATIONI.

*Bolletti.**Horatio.**Uso pernicio-
so.**Carlo IX. Du-
ca di Savoia
morto per fon-
gi.**Agrippina ve-
leno.**Claudio Cesa-
re.**Iuuenale.**Clusio ne fa
due specie.*

Sono sempre stati tenuti i bolletti, ò siano fo-
gi in gran stima appresso gl'antichi, come b-
recita il Martiale, Argentum, atque aurum fa-
cile est, lænamque, togamque mittere: bol-
tos mittere difficile est.

E se ben il loro uso sia pernicioso, che per-
Diocle Caristio gl'anumera trà le viuande rustiche
mà per il loro piaceuol gusto alletta ancora i ricchi
e grandi à mangiarne; perciò dicono, che Carlo n-

no Duca di Savoia morse, hauendo la sera in an-
mangiato fongi in quantità à Vercelli, con rischio
della vita del suo maggior Domo: e Plinio dice, c-

Claudio Cesare fù d' Agrippina auellenato con i fo-
gi inonti co'l veleno, acciò succedesse nell' Imper-

Nerone suo figliuolo; perciò erano domandati a-
esso i bolletti, cibo de Dei; per hauer causato
morte à Cesare, il quale lo collocauano nel nume-
de' Dei, è Iuuenale nella 5. satira.

Vilibus ancipitis fungi ponentur amicis
Belotus domino, sed qualem Claudius ed-
Ante illum vxoris, post quem nil ampli-
edit;

E nella satira sesta-- minus ergo nocens er-
Agrippinæ bolletus, si quidem vnus præco-
dia pressit.

Ille senis tremulumque caput descende-
iussit in Cælum.

E se ben il Clusio ne habbia fatto due distintion-
cioè di quelli, che sono escolenti, e de gl'altri v-
nenati, sono però tutti di pernicioso sugo; per-
A. be.

REGOLE DELLA SANITA. 377

Atheneo nauigando nell' Isola d' Iczro , e iui ritrouando vna madre con due fratelli , & vna vergine morti , per hauer mangiato fongi così scrìue .

Sol qui perpetuò cœlorum tramite curris.

An visum facinus huic simile ante tibi est ?

Parseadem lucis geminos cum virgine fratres.

Abstulit , & matrem ; quatuor vna tegit.

Et io dell' Anno 1599. mentre curauo la peste in *Historia*.

Polonghera ritrouai tutta vna casata , quali stauano moribondi , per hauer mangiato fongi , da noi chiamati porcini , e furono da me curati con vn' antidoto , qual io haueua nelle mani contra le peste , qual conteneua in se antimonio preparato , e per gratia del Signor furono guariti ; il simile dell' Anno 1611. stando in Scarnafaggi curai tutta vna famiglia , quali haueuano mangiati fongi , chiamati sanferoni , & erano da essi suffocati , e senza loquella , e gli curai con la fuligine d' antimonio , e altri antidoti , & altre fameglie alla giornata muoiono per mangiar fongi , e Plinio dice , Venenis Plinio. accommodatissimum familias nuper interemere , & tota conuiuia , Annæum Srenum præfectum Neronis vigilum , & Tribunos , & Centuriones . Quæ voluptas tanta ancipitis cibi ? Ilche conferma ancora il Mercato : Sed quid *Mercato* memorem eorum vires in necando ? quid alimentum ? si quidem satius , & tutius esse arbitror , eos potius ab usu cibariorum ablegare , quam gustus gratia in incertum periculi modum incidere . E così essendo di mala qualità , es- *Qualità* sorto ogn' vno à volersene astenere ; poiche secondo Galeno sono freddi , e humidì abbondantemente ;
perciò

Fongi regali. perciò s'accostano alla facoltà venenata, e ch'ad-
mazza per hauer vna qualità mista putredinosa,
e nel libro de alim. lodò i bolletti, i quali si pensa il
Clusio, che siano quelli, che quando spontano fuor
di terra, hanno figura ouale, e sono circondati d'v-
na membrana sottile, chiamata da Plinio volua, la
qual si perde, mentre vanno crescendo, e restano
tondi, & lissi nella sommità della loro testa, e sotto
rimangono striati, e rugosi co'l piede annullato, e
sono di color croceo, e il Clusio scrive, che in Hun-
garia tingono il brodo di color medemo, che pare che
vi sia sciolto il zafferano: Questi sono tenuti me-
no nocini, di raro gli salano, & seccano, si cuoce-
no, & acconciano co'l brodo grasso, grassa, butiro,
e speciarie, e petrosilo, sale, & si fanno cuocer al
forno, ò sù le braggie: In Hungaria gl'acconciano
co'l cremor del latte, e pepe, ò ouero gettano via il
piede, e dentro la cocola vi mettono butiro, e vn'o-
uo, e gli fanno cuocer sù le braggie, ò vero cotti, e
sminuciati, gli mescolano con gl'oui, e si fanno frig-
ger co'l butiro nella padella, ouero s'acconciano co'l
brodo, pan trito, aceto, & aromati: Li rustici à
noi gli cuoceno prima nell'acqua, e gli frigono al-
l'oglio, e butiro, e poi gli condiscono con aglio, ò pe-
pe, agresto, & aceto: questi sono chiamati da Pie-
monesi reali, nascono nell'Autunno nelle selue, &
quercei, che si tagliano.

fongi porcini. Li secondi in bontà quanto al gusto sono i filli, ò
siano ammoniti, chiamati da Piemontesi porcini,
e da Latini suilli, quali vengano due volte l'Anno,
cioè nell'estate, e nell'Autunno ne' boschi sotto le
quercie, come ancor in luoghi incerti, come dice Ni-
candro ne' georgici, come recita Athenico.

Nicandro.

Oleis

--oleis inimica propago.

Quercu, & puniceæ malo, tristissimæ pestis,
Illicibus, quæ venit fungus grauis, atque le-
thifer.

Come ancora dice Plinio, Robur cupressus, & Plinio:
pinus noxios pariunt fungos, item fagus, questi
che nascono sotto le quercie, se ben siano rimpro-
uerati, sono pe d' i più vsitati nel Piemonte, han-
no il picde grosso, la cocola tonda, e spessa, di so-
pra sono di color fuliginoso, e sotto bianchi, quan-
do son piccioli, & hor di color trà il negro, e bian-
cheggianti, quando seno grandi, vengono abbon-
danti nelle prime pioggie dell' Autunno, si deuono
elegger gl' autunnali piccioli, bianchi di sotto, non *Elessione.*
tarlati, si deuono schiuar quei nati appresso le cauer-
ne d' animali venenati, e morti, ò vero appresso pan-
no, ò ferro, ò altra cosa di venenata qualità, ò che
siano toccati d' animali velenosi, questi cotti diuenta-
no viscosi, si cuoceno nell' acqua aggiungendoni tal-
l' hor pan negro brussolato, peri seluatici, e aglio, si *Conditura.*
mangiano cotti co' l' sale, & pepe, ò vero si condi-
scono come i reali, sono ancor buoni cotti con l' oglio,
e sugo di limoni, e pepe: si condisciono per tutto
l' Anno co' l' sale, ouero nell' aceto, ò agresto, ouero
con l' oglio d' oliua, pepe, e sale, alcuni gli seccano
al Sole infilzati per tutto l' anno.

Questi salati s' vsano per la quadagesima, & non
sono tanto nociui, come mangiati freschi per esser
corretti dal sale; di questi v' è ne vna terza specie,
che nascono sotto le quercie chiamati da Piemontesi
bolletti ferreri più piccioli di color ferrugineo, di *Bolletti.*
pessima, & venenata qualità, sono quasi sempre
tarlati, e d' alcuni rustici sono conseruati, & questi
credo

credo che siano gli rimprouerati da Nicandro: V'è
ne vn'altra specie tondi, bianchi di sopra, & sot-
to rossi come lingue co'l piede curto, nascono molti
insieme duri nel romper, & restano di vario colore,
e questi si salano ancora da rustici, e sono di mala
qualità. Nasce ancora nell' Hungaria circa la fe-
sta di S. Michaele vn fungo quasi di simil satezza,
di tanta grandezza, & crassezza, che vn solo è
sufficiente satiar in vn sol pasto vna fameglia intiera.

Fongod'Hun-
garia grosso.

Dopò à questi seguitano i fongi, quali vengono
sotto il popolo bianco, quali sono più viscosi; ma
giudicati dal Porta meno nocini de gl'altri, e questi
si chiamano d'alcuni crauette. Questi si mangiano
piccoli, s'acconciano come i porcini, si conseruano
ancora come essi, e vengono vn poco più tardi, i
vecchi si biasmano, e sono d'ingrato sapore.

Fongi del po-
polo.

Terroni.

Sotto à i Popoli ancora nascono certi fongi chia-
mati da Piemontesi Terroni; per star vicini alla ter-
ra, & non sono tondi come gl'altri; ma alcune vol-
te di forma triangolare, bianchi di sopra, & lissi,
duri, & questi li mangiano colti, e frutti, oltre la
mala qualità ch'hanno, sono ancor più difficil al di-
gerir de gl'altri, & tra questi si biasmano del tutto
quelli che rompendosi sono alquanto laticinosi.

Sanseroni.

Nascono poi ne' prati, e ne' pascoli la terza spe-
cie de fongi, come ancor la settima specie descrita
dal Clusio di forma ouale, biancheggiante di sopra,
di sotto solcati, di color negreggiante chiamati da
Piemontesi Sanseroni, quali vengono due, ò tre
volte l'anno, & credo siano quelli celebrati da Ho-
ratio, come più lodabili.

-- pratenribus optima fungis.

Natura est, alijs malè creditur.

Questi

REGOLE DELLA SANITA. 381

Questi si pensa il Porta, che siano i bolletti reali; ma il Clusio giudica, che siano questi altri.

Nel mezzo dell' Autunno nascono nelle campagne, e pascoli, i fongi domandati da Italiani Conoccielle, & da Piemontesi Cucamelle, le quali sono del tutto bianche con il piede annullato, & queste s'acconciano come i bolletti reali, e non si conservano, e non sono così riscosi, come gl'altri. E le più grandi si chiamano bologne.

Vsano ancora mangiare i fongi intercisi, quali ^{Fongi intercisi.} vengono nelle selue cedue, & ombrose, e da vna ^{fr.} gamba sola spargono molti branchi di mirabil forma, & Gio. Battista Porta dice, che v'è ne sono tanto grandi, che à pena l'huomo può abbracciarne vno, di peso di settante libbre, assai commodi per pascere vna famiglia in vn giorno, & questi grandi si chiamano da Napolitani gallinacci, e i piccioli gallinele, di questi piccioli ne vengono assai ne' boschi del Piemonte, & li condiscono come gl'altri, sono alquanto odorati, & di difficil digestione; fa mentione il Porta d'vn fungo bianco, odorato tanto soave al gusto, che si mangia crudo, & senza pericolo, si dà à gl'amalati, & si chiama ricchione, quasi Rè de' fongi: fa ancor mention del fungo domandato peperale bianco, il qual mangiandolo arde le fauci, come il pepe, e nasce nell' Autunno; scrive ancora de' fongi chiamati gallucci, quali vengono due, ò tre vniti insieme, bianchi, senza macchia, simile alla cresta d'vn gallo, d'odor di zafferano alquanto pelosi.

Celebratissimi in Piemonte, come ancora in altre parti sono i fongi da Napolitani chiamati spon ^{Spongiolo.} giolo, e v'è ne sono di peso di tre libbre, & da Piemontesi

mentesi pongole, per hauer forma di sponga, e da Francesi morillions, piramidali alla forma d'un frutto d'un pino, in ogni parte concauati; nascono nell'Alpi sotto li abeti, & in Piemonte sotto li aceri, & olmi, & alcune volte sotto le quercio vengono la Primavera, si mangiano frutti, come gli altri, & s'acconciano ancora co'l brodo, & specie aromatiche, & questi ancora s'è offeruato, che non habbino mai fatto danno alcuno; di simil natura; *Monaccielle.* ma meno soani al gusto sono le monaccielle di Napolitani, di color negro; lodatissimi sono ancora li *Prignoli.* prignoli de Romani, che vengono al mese d'Aprile, quando vengono le pioggie, odorati, soani al gusto, & che non portano alcun danno, nascono nelle selue sotto l'ombre dell'arbori, & sempre repullulano nel medemo luogo, è si perdono quando l'allero si taglia. Hermolao dice, che sono innocentissimi i fongi di Primavera, che nascono ne' roeti, e spine chiamati pruneli, & spinole, o carduele.

Nel fine poi delle vendemie vengono i piccioli *Famigliole.* fongi chiamati da Piemontesi famigliole, cosi domandati per nascere gran copia insieme in vn solo carle. Questi sono la sesta specie descritta dal Clusio; nascono alle radici dell'alberi, e ne' spini, & pruni seluatici, e le più celebre in Piemonte sono quelle, che vengono alle radici delle noci, onde ben dice il Porta, summa est, quod vnaqueque regio suos populares habet. Perciò Nicandro lodò molto quelli che vengono alle radici de' fichi.

Nicoandro.

Cum fuerit ficus multo sub stercore tecta.
Si mox perpetuò fluxu consperxeris illam.
Innocui surgent radicibus vndique fungi,
Quos tu ne vertas, radicem cædito nullam.
Ille

REGOLE DELLA SANITA. 383

Ilche par che confermi Plinio, così dicendo; sed Plinio.
hisaberit, inquit, veneni argumentum, quo si
miliior fuerit arborum fici: Altri dicono, che i
più lodati sono quelli, che nascono alle radici del
popolo Alpino. Plinio lodò quelli della quercia, &
biasma quelli della rouere, ilche si merauaglia il
Porta, Atheneo lodò come famigliari, & senza
nocumento i minuti, molli, e friabili, che nascono
sotto li olmi, & l'albero picea: Il Porta dice, che
trà tutti i fongi esser migliori, quei che nascono al-
le radici del sambuco, quali si mangiano l'inuerno.
Nel resto sono questi piccioli fongi viscosi, di diffi-
cil digestion, generan humori pituitosi, si conserva-
no salati: si condiscono ancor con l'aceto, come gli
altri piccioli fongi per uso di quadragesima: Que-
sti come tutti gl'altri, che nascono d'alberi non vene-
nati, non sogliono causar li accidenti de gl'altri fon-
gi prodotti della terra.

Vengono ancora nell'estade certi fongi alli salici Fongi de' sali-
rossi, & teneri chiamati da Piemontesi vacchete; si ci, e quercie.
mangiano quando sono teneri cotti, & fritti inuol-
ti prima con la farina, & conditi con agrumi, sale,
e pepe, o aglio, che sono refrigeranti, difficili al
digerire, tardi discendono, & sono di poco nutri-
mento: alcune volte se ritrouano alle quercie, &
si chiamano lingue, & sono di simil qualità: Il Fongi de lari-
Maibiolo scriue, che ne nascono a' larici ne' monti ci.
d'Anania al peso di trenta libbre, di color d'oro in-
tertagliati à l'intorno, senz'alcuna amarezza, e
gratissimi ne' cibi.

Nascono ancora i fongi da certi sassi, quali si
trouano nel monte Vesuuio nel Regno di Napoli, co- Fongi arsi-
me ancora nel monte Gargano d'Apuglia, i quali ciali-
sepolti

sepolti vn palmo sotto terra, & sparsaui acqua calda soua producono fongi frà sette giorni, alcuna volta pileati, & tal volta fanno turioni diuisi in rami, il simile dice Dioscoride, che nascono fongi innocenti dalle scorze tagliate minutamente dal populo bianco, & negro, sepolti in terra, & stercorati.

Il simile dicono, che produce la terra, quando hanno pesto il fuoco ne' luoghi, doue vi sono calamini, e spini irrigata dalla pioggia, ò vero con arte sparsaui l'acqua con vn lenzuolo; mà non sono poi così saporiti. S'è ancora ritrouato per esperienza, che aspergendoui la decoctione de' fongi soua il terreno grasso, che produce da lì alquanti giorni noui fongi. Quanto à gl'altri fongi tanto escolenti, come venenati, chi desidera saperne più à pieno, legga il Clusio nel suo lib. de fongis, & il Porta nel suo lib. de villa rustica; perche noi intendiamo sol trattar de nostri, quali vengano in Piemonte, & in altre parti d'Italia; l'antidoto de fongi dice Galeno esser l'ossimelle tuolto da per se solo, ò verò con l'hisopo, & origano aspergendoui soua vn poco di spuma di Nitro.

PISANEL
LI.
Eeletione.

Quei, che nascono ne' prati l'Aprile, detti prignoli, ouero i prataioli, ouero quelli, che paiono rossi d'oua, che si chiamano volgarmente bolletti.

Giuamenti.

Sono molto stimati nelle mēse; perche fanno venire appetito, & riceuono tutti i sapori, che lor si danno.

Recamenti.

Causano lo stupore, e l'apoplessia: e molti sono morti per il loro veneno: e altri suffocati per hauerne mangiato troppo de' buoni.

Se

REGOLE DELLA SANITA. 385

Se prima si mondano, e non mutano color, *Rimedio.*
e poi si cuocano con pere acerbe, basilicò, pa-
ne, aglio, e calamento, e poi si condiscano
con oglio, sale, e pepe.

Sono freddi nel secondo grado, e humidi *Gradi.*
nel terzo; mà riceuono facilmente ogni quali-
tà del condimento, che lor si dà.

Questi nõ sono mai buoni in nessuno tem- *Tempi, Età,*
po, à nessuna età, & per nessuna complessio- *Complexsioni.*
ne; perche fanno più danno, che vtile.

Dioscoride pone due specie di fonghi, cioè buoni,
e mortiferi; con tutto ciò se ne veggono molte, e va-
rie sorti per ogni parte. Quei, che sono a fatto
senza pericolo, sono i Prignioli, e quei, che si
colgono ne' prati, detti volgarmente Prataiuoli: on-
de disse Horatio, Pratenlibus optima fungis na-
tura, cæteris male creditur. I porcini sono sti-
mati buoni ancora essi; mà bisogna mondarli, e ta-
gliarli, auertendo, se si cambiano in colore pauo-
nazzo, turchino, e negro, che questo è segno di
veneno: onde molti, che gli hanno posti intieri à
cuocer sopra la graticola, non accorgendosi del dif-
fetto sono morti. In Napoli, & in Roma sono pie-
tre, che bagnandosi d'acqua tepida, fanno fongi
d'ogni tempi. Quei, che sono buoni, mangiandone
troppa quantità, soffocano. Quei, che si salano, di-
uentano sicuri co'l beneficio del sale. Bisogna ò la-
sciarli à fatto, ò mangiarne molto pochi, e beuer-
gli appresso vin buono; mà in poca quantità. Gene-
rano la pietra co'l continuo vso.

Produce parimente la terra i fongi, quali sono,
& essi freddi, & humidi, & quasi della medesi-
ma natura de' tartussi; mà nucono molto più facil-
mente,

Bb

mente,

mente, & strangolano presto, onde è nato il proverbio, *Tanquam fungus strangulat*.

Sogliono nuocer i fangi per molte cause, ò vero per lor malitia, essendo, che v'è ne sono di quelli, che nascono venenosi da se, ò vero per esser nati in luogo cattiuo, come appresso qualche muro, ò herba venenosa, ò sotto qualche arbore, che li corrompa, come l'ulino, ò vero appresso qualche ferro ruginoso, ò che gli sia stato sopra qualche animale venenoso, ò vero per esser mal'acconciniel cuocerli, senza correggerli, non mettendo lor, quando si cuocono, ne pane, ne pero, ne aglio: ò vero per mangiarne in troppa quantità, che per l'abondanza del loro humore crasso, & freddo, causa strangolatione. Et in tal caso, si procuri il vomito, si beua buon vino: & fra l'altre cose, il sterco di gallina poluerizzato, & dato à bere, ò lor theriaca.

DE FAGIOLI. Cap. XLIII.

Fagioli, e
suo nocumēti



Fagioli sono caldi, & humidi in primo. Generan humori grossi, & sono inflatini, molificano il vōtre, ingrassano, prouocano l'orina, gioiano al petto, & al polmone. Grauan il capo, generan sogni spauenteuoli. Rimoueno il loro nocumēto, la senapa, origano, pepe, e vin puro.

ANNOTATIONI.

Fagioli più
lodati.

Sono i fagioli vsitatissimi appresso il volgo, i più lodati sono quelli d'Astegiana, & massime i rossi: i bianchi sono cattini. Gli piccioli teneri verdi nell'esta-

nell'eslade, dentro le loro vagne jellen, che siano di cattino nutrimento, Jano però dilettevoli, prima Fagiuoli pic-
cotti nell'acqua, poi inuolti nella farina, & fritticali con sue se
con l'oglio, & appresso spargendoui sopra aceto, la lique.
le, & sugo de' limoni, ò agresta, & incitano l'ap-
petito: il suo correttivo è il pepe.

Il fagiuolo cotto col latte di vacca: aggiungendo Corti co'l las-
ui poluer di pepe longo, galarga, e zuccaro d^{te}.
buono, per generar copia di sperma, & per l'uso
venereo. In Francia se ne fa vn'acqua buonissima, Acqua per la
per lastrar la faccia, qual lenisce la pelle, & la faccia.
rende morbida. Piglia farina di fagioli bianchi,
medolla di bianchissimo pane, di ciascun vna libra:
vna zucca bianca tenera, infusa per vna notte nel
latte, & tagliata in pezzi, di semi scorticati di
melloni onc. v. di animelle di persiche mondate onc.
iij. granelle di pino fresche mondate onc. vj. vn co-
lombo picciolo domestico con sue piume, purgato
solo dalle budella: pistansi ogni cosa da se, nel mor-
tar di marmor, & mettansi ogni cosa à bagno ma-
ria à distillare, & si conserui l'acqua.

I fagioli de' gl'orti, chiamati da Galeno Doli
chi, & dal Matthioli Smilace: sono più riscosi de Dolichi.
gl'altri, & più flatuosi, & si mangiano, come i
soprascritti: questi ancora prouocano l'orina,
fanno sogni torbolenti, e nutriscono come i piselli.

Che siano rossi, ouero, che tirino al rosso, PISANEL
che non siano forati, e che al fuoco facilmen-
te si cuocano. LI

Fanno orinare, prouocano i mēfalle don- Elettione.
ne, & ingrassano il corpo. Giouamenti.

Fanno molto vento, inducono la nausea, Nocimenti.
grauano lo stomaco, fanno cattiuu sogni, ver-

Bb 2 tigne,

tigine, & riempiono il capo.

Rimedio.

Cuocendosi con oglio, sale, pepe, senape, & aceto.

Verdi.

Sono caldi, & humidi nel primo grado, ma temperatamente.

Tempi, Età,

Compleffione. Si possono vsare da quei che hanno lo stomaco gagliardo, & che molto si affaticarò, ma non da otiosi, & delicati.

I Fagioli sono assai peggiori delle faue: ma trà loro i rossi sono i migliori, come più caldi, & meno ventosi. Giouano al petto, & à i polmoni, il Senape toglie via il loro nocumento, come ancora fanno l'aceto, il sale, il pepe, e l'origano. Appressolo loro si hà da bere il vino schietto. I fagioli non durano longamente, e questo auuiene, perche non si possono seccare perfettamente. I verdi si deuono mangiare senza la scorza, con sale, oglio, cimino, e pepe. I bianchi sono molto humidi, e tardi à digerirsi. Quantunque i fagioli siano di gran nutrimento: sono però pasto da villani, e non da delicati, e da studenti.

I Fagioli, essendo di mal nutrimento alle persone delicate, si deuono lasciar alle genti di lauoro, e di cāpagna, le sue virtù sono assai poche, & à bastanza raccontate dall'Auttoe. Dirò solamente, che sono ancora buoni per fare bella, & polta la faccia alle donne, pigliando vna libra di fagioli, con vn'altra libra di medolla di buon pane bianco, & vna zucca fresca nostrana, tagliata in pezzi, & infondendo queste cose nel latte di capra per vna notte, si pigliano poi cinque oncie di semenza di meloni, tre oncie d'anime di persichi, monde, & mezza libra

REGOLE DELLA SANITA. 389

za libra di pignuoli f. eschi, & ogni cosa si pesterà in vn mortaio di pietra, & vi s'aggiunge vn colombo bianco con le penne, cauati però gl'interiori, & si farà destillar per lambicchi di vetro, & vsasi come gli piace.

DEL FENOCHIO. Cap. XLIV.



L fenochio è caldo, e secco nel secondo grado. Noi vsiamo le sue foglie in cibo, & per gl'insalate, & tra l'altre foglie, & herbe genera buoni humori: gioua al petto, & apre le vie dell'opilationi. La sua radice ben cotta, con li ciceri, li augmenta la sua virtù apperitiua. La miglior parte del fenochio è la sua sommità: prouoca l'orina, & apre l'opilation del fegato.

Qualità del fenochio.

Il fenochio seluatico rompe la pietra: ogni sorte di fenochio, gioua alla veduta, & il suo vso accresce la vista. Sono alcuni, che hanno stimato, & massime gl'antichi, che li serpenti nella Primavera mangiasseno le loro foglie, & che ancora si fregano gl'occhi dentro a ella, & ciò quando escono fuori delle loro canerne, accioche il loro vedere, si conforti, & si corrobora; per la debolezza, che hanno acquilato li loro occhi, per la longa dimora nell'inuerno sotto terra.

Fenochio seluatico.

Serpenti ricercano il fenochio, per confortar la vista.

ANNOTATIONI.

I L seme di fenochio dolce è più celebrato al gusto: il seluatico per dissipar in flati, è più poco.

Fenochio dolce.

Bb 3

sente

tenere. Il suo fiore, ò seme dicono, che sono perico-
lofi, per certi vermicelli, che fanno, e sono mor-
tali. Del fiore se ne fa una salsa co'l pan bru-
stolato, macerato nell'aceto, e un poco d'aglio, pe-
pe, petrosillo, sale e brodo, per incitar l'appetito.
Il sorcollo tenero è celebrato da grandi, & se ne fa
minestre.

La grana si confetta co'l zuccaro, & se ne fa
poluer digestiva, con coriandri, cinamomo, origano,
anisi, e zuccaro. L'oglio distillato dissipa i flati,
leua il dolor di stomaco, ventre, e matrice, e pro-
uoca l'orina.

Carui. Il Carui hà simil virtù, & il gambo si mangia
tenerello nella Nouallesa, & chi habita nel mon-
te Cinesio: il seme s'usa da gl' Alpini in luogo di
grana di fenocchio, e procura la digestione, & dissipa
i flati.

PISANEL LI. Che sia hortolano, domestico, e tenero per
Elessione. mangiarsi fresco, ouero granito, & maturo
per l'inuerno, ò con le radici tenere, e gambi
giouani per mangiarsi cotto.

Glossamenti Pronoca copiosamente il latte, l'orina, ei
mestruai, e gioua mirabilmente à gl'occhi, &
leua le antiche opilationi, e purga le reni.

Nocumetri. Tarda alquanto à digerirsi così crudo, come
cotto, massime mangiandone molto: assotti-
glia, e infiamma il sangue à quei che sono cole-
rici.

Rimedio. Mangiandone in poca quantità, che sia assai
tenerello, e che sia stato primo infuso nell'ac-
qua fresca.

Gradi. E caldo nel secondo grado, & secco nel pri-
mo, ancorche molti lo pògano caldo nel terzo.

E buono

REGOLE DELLA SANITA. 391

E buono d'ogni tempo, per ogni età, & *Tempi, Età,*
 complessioni; ma i giouani, & i colerici ne há. *Complessioni,*
 no da mangiar poco.

Il Fenocchio leua la spoglia della vecchiezza alle
 serpi co'l gustarlo, e gli fa diuentar acutissima la
 vista offuscata: ilche hà fatto conoscere à gl'huomi-
 ni, ch'egli è valoroso rimedio per gli occhi. Dalla
 mala qualità, che in esso imprime le serpi, co'l
 fregarli sopra gl'occhi, nascono dentro il fenocchio
 certi vermicuoli molto velenosi, e per quello che
 molti credono, inemediabili, e però è introdotto il
 costume di aprirli, sbatterli ben bene, guardare, che
 non ci stiano dentro, e poi per vn pezzo infonder-
 li nell'acqua fresca. Apre il fenocchio le opilationi
 del fegato, della milza, del petto, e del ceruello;
 ma bisogna mangiarne poco, perche infiamma il san-
 gue, co'l tempo ingenera la pietra; perche come ape-
 riuo porta materie grosse, che in quelle strade stret-
 te si condensano.

Il fenocchio Marino è chiamato da noi Pie'mon-
 tesi Baciglia, & è di più specie, come si può veder *BERTAL-*
 nel Mathioli sotto nome il di Crythimo: si mangia *DO.*
 cruda, e cotta, ò acconcia con aceto, come i *Baciglie.*
 pari, l'aceto corregge la sua calidità: E calda, e
 secca nel terzo ordine, disicca, & astringe, muoue
 l'orina, incita l'appetito perso, acconcia con l'aceto
 conforta lo stomaco, il fegato, & le reni: infiamma
 il sangue, conuiene à vecchi, e nuoce à gioueni, co-
 me ancor fanno tutti l'altre specie.

Che siano domeltici, colti freschi, e che le *PISANE L.*
 cime incominciano à risguardare verso la terra *LI.*

Aprono, e leuano le opilationi dellereni, e *Electione.*
 del fegato, accrescono il coito, mollificano il *Giouamensi.*

Bb 4

corpo

corpo, e prouocano l'orina.

Nocuenti. Inducono nausea, quãdo si mangiano freddi, & à stomachi colerici accrescono alquanto la colera per la loro amaritudine.

Rimedio. Se si lessano, & si butta via la prima acqua, che così lasciano l'amarezza: e poi si condiscano con aceto, oglio, sale, e pepe in quantità.

Gradi. Sono caldi nel primo grado, & humidi temperatamente, se ben Galeno pare che non si sappia risolvere della loro qualità attiuà.

Tempi, Età, Complessioni. Quando si possono hauer, sono buoni per tutt'età, e complessioni, e massime di vecchi, & freddi.

Sparagi. Gli Sparagi nutriscono più di tutti gl'altri herbaggi: e se si mangiano caldi, e ben conditi, giouano allo stomaco; Mondano le reni dall'arena, senza che notabilmente riscaldino. Sono molto prezzati nelle mense, massime quando sono grossi, e teneri. Dioscoride dice, che lo Sparago portato adosso, rende sterili tanto i maschi, quanto le femine. Tuttauia per proua si vede che aumentano, e prouocano il coito, ilche viene per il molto nutrimento, che danno. Vngendosi l'huomo co'l sugo del Sparago non può essere traffitto dalle Api: Nascono bellissimi in Germania, & in Rauenna, onde disse Martiale, Mollis in æquorea, quæ creuit spina Rauenna, non erit incultis gratior Asparagis. Cesare per esprimere la velocità di vna cosa diceua. Citius quàm Asparagi coquantur. Gli Atheniesi per ph pronunciando li chiamauano Asparagi.

Il medesimo si può dir del finocchio, della bacciglia, & delli sparagi, che più presto siano vsati come cibo medicinale, che per nutrire; atteso, che

man-

mangiandone ancora d'essi in quantità sozliono ge-
nerare colera ruginosa, & mala. Il seme del fi-
nocchio preso nel fin de' cibi, scaccia la ventosità.
La radice de' sparagi applicata sopra i denti, che do-
gliono, acqueta il dolore. si fa ancora del finocchio
vn liuore per gl'occhi pretiosissimo tagliando i fe-
stuchi del finocchio dolce l'Autunno due palmi alto
da terra, impiendo la concauità di che riman' in ter-
ra con zuccaro candido, poluerizzato, & otturan-
do il buco di sopra con carta pecora, poi passat' vn
giorno, tagliandosi, si ricoglie il liquor, che v'è den-
tro, & si serba per gl'occhi.

DEL FRUTTO DEL PINO.

Cap. XLV.



L Granello del pino, declina al Pignoli, e suo
quanto alla calidità, & humidità, è virile.
impinguiatiuo, conferisce alla de-
bolezza de' nerui, & alla loro mol-
lificatione. Aiuta grandemente al petto, & al
polmone, & alla debiltà de tutti i membri.
Incita il coito, & augmenta la sua materia, &
specialmente mangiato co'l zuccaro: nondi-
meno ha virtù mōdificatiua, & nuoce allo sto-
maco, & tal nocumenro si rimuoue prima la-
uandolo, & remollindolo nell'acqua calda.
Quelli che sono di calda natura, lo deuono
mangiar co'l zuccaro, & chi è di fredda com-
plexione, co'l melle: gioua allo stomaco, &
generan miglior humori.

AN-

ANNOTATIONI.

Virtù.

Si lodano i pignuoli freschi, & si biasmano i rancidi; per esser più caldi, e nocivi. Mangiati co'l latte, leuano l'acutezza della sperma: giouano all'asprezza della gola, à gl'betici, & consumati: come ancor il pignocato, ò confettati co'l zucchero. Il suo oglio è buono al petto. Si mettono in molti condimenti, & nutriscono assai. L'acqua stillata de pignuoli freschi leuano le rughe della faccia, fomentandone le tette proibisce il loro aumento; stringe grandamente la natura delle donne, e vieta il concorso dell'humori à quelle parti.

PISANEL
LI.

Electione.

Che siano canati dalle pigne domestiche: e massime da quelle, che sono femine, perche sono più saporiti, mà sopra tutto, che siano freschissimi.

Gionamenti.

Sono di gran nutrimento, ingrassano, purgano il petto cotti co'l mele, prouocano l'urina, ristorano le forze ne' deboli, e ripercuotono gl'humori corrotti.

Nocumenti.

Sono tardi alquanto da digerirsi, & danno vn nutrimento, ch'è più grosso, che sottile: mordicano lo stomaco, & il ventre quando se ne mangia assai.

Rimedio.

Infondendosi prima nell'acqua tepida per spatio d'vn' hora: e poi li mangiano i flemmatici co'l mele, & i caldi, e colerici co'l zucchero.

Gradi.

Sono caldi nel principio del secondo grado, & humidi nel primo.

Tempi, Età,

Sono buoni ne' tempi freddi, per i flemmatici,

tici, & per i vecchi, mà co'l mele: & per i gio. *Compleffioni,*
uani, & colerici co'l zuccaro.

I Pignuoli fanno grande accrefcimento di sper-
ma, maffime fe fi pongono quattro gocciole del lo-
ro oglio nell'ona, che forbifcono: però feruono al
coito. Ncttano le fuperfluità delle reni, e della
veffica, e giouano all'ardore, & alla diftillatione
dell'vrina. Giouano à gli afmatici, a' paralitici,
& à tutti quei che tremano. Purgano i polmoni, e
le fue vttere, tirandone fuori la marcia, & la vi-
fcofità; Cacciano gl'humori, che fono inuecchiati
nel corpo, & accrefcono i naturali. Correggono le
humidità, che fi putrefanno nelle budella, e fana-
no i rodimenti dello ftomaco; mà fopra tutto quei,
che fono colerici, non gli vfino fenza il zuccaro,
& i flemmatici non l'adopriano fenza il mele; mà
che prima fiano ftati infusi nell'acqua tepida, ac-
cioche gli fi leui ogni acrimonia, & altra mala
qualità. I fuoi frutti fi chiamano da' Greci *Puy-*
des. Quafi arbore non fà più, quando fe gli taglia
la cima: e tagliato muore à fatto, e non germiua
più. *Crefo* minaciua di volere eftirpare i *Lam-*
*pafcen*i, nel modo, che fi eftirpano i *Pini*.

I Pignuoli fono di gran nutrimento, & per
quefta caufa fono à propofito per gli *Ethici*, purchè
fiano ftati qualche poco infusi nell'acqua rofa, per
leuar loro la lor' acrimonia.

De' quali per reftaurar il calor natural à quelli,
che fono molto eftenuati, fi fuol fare vn confetto
di polpa di capone, ò di pernice, pignuoli, piftac-
chi, & zuccaro, qual gli dà gran nutrimento. Et
per giouar al coito, fi fuol vfare dall'oglio de' pignuo-
li, & de' piftacchi, con nuoce mofcata poluerizza-

ta, & zuccaro, ò mele, che serue ancora per i paralitici.

Pistachi. L'acqua stillata delle lor noci, toglie le cresse della faccia alle donne, & lascia lor crescere le mammelle, bagnandosi con pezze bagnate in essa.

*PISANEL
LI.
Electione.*

Che siano grandi, che habbiano odor assai, simile al Terebinto, & che il frutto sia colto da arbori vecchi, sia verdeggiente, e sia fresco più che si può.

Giuuamenti.

Leuano marauigliosamente le opilationi del fegato, purgano il petto, e i reni, fortificano lo stomaco, cacciano la nausea, e rimediano al morso de' serpenti.

Nocimenti.

Nuocono à i fanciulli, & à quei che sono di calda complessione, perche assottigliano, & infiammano lor il sangue, e fanno venire lor la vertigine.

Rimedio.

Mangiandosi nel fine, e nel principio del pasto, & in sua compagnia, ouero appresso mangiando grisomele secche, ouero il zuccaro rosato.

Gradi.

Sono caldi, & secchi nel mezzo del secondo grado, si come nel libro delle sue diete scrive Isaac.

*Tempi, Età,
Complessioni*

Sono buoni ne' tempi freddi, per i flemmatici: e cattui per i giouani, e per i colerici.

I Pistacchi sono vna specie di Terebinto, si come scrive il Marthioli ne' suoi commentarij, oue afferma, che questo arbore sia il Terebinto indiano: scritto da Theophrasto, confermando la sua opinione con l'auttorità di Atheneo. Sono odoriferi, e confortatiui dello stomaco secondo Auicenna, se ben Galeno pare che non se ne sappia risolvere. Sono mercuriali.

REGOLE DELLA SANITA. 397

vanigliosi in risvegliare gli appetiti veneri, mà non danno molto nutrimento, quantunque facciano ingrassare. Nascono in Egitto, & in Soria, e di là si portano à Venetia: e da certi tempi in quà hanno incominciato à far frutto in Sicilia: co'l vino sono ottimo rimedio per i veneni. Dicono gl'agricoltori, che i Pistacchi nascono inserendo le amandole ne' lentisci. Il primo, che portò i Pistacchi in Italia, fù Lucio Vitellio censore ne' primi tempi di Tiberio Cesare, essendo legato in Soria. Confortando lo stomaco, perche sono austeri. Diconsi Fislici, e Festuci.

Conferiscono i Pistacchi al fegato, al polmone, & alle reni, & si mettono nelle compositioni re-
flaurative. Et della poluer loro meschiata con pol-
uere di lupini, se ne fà vn'unguento con cera nuoua,
& oglio di amandole dolci, qual conserva belle le
mani, & le preserua dalle crepature del freddo.

DEL GRANATO. Cap. XLVI.

IL Granato, ò Granello sono di tre spe-
cie, cioè dolci, muze, & acetose. Aui-
cena vuol, che tutti li granati siano di
freddo temperamento, & ciò può hauer
luogo in sua regione; percioche fù esso Rè,
d'vna regione fredda: cioè nell'estrema parte
dell'Arabia; verso settentione. Li granati ac-
tosi, sono più freddi dell'altri, e poi le muze,
& indi le dolci sono meno dell'altre fredde. *Qualità.*
Mà appresso gl'Autori, che sono nati nelle re-
gioni caldi. Il dolce è giudicato caldo; perche
i granati nati in fredda regione, non vengono
mai

*Granati di
tre specie.
Aucena, e
sua patria.*

Virtù.

mai in tanta dolcezza, che si possino giudicare caldi, anzi i granati dolci in fredda regione, sono chiamati muzzi. Nelle regioni calde, l'uso de' granati, è più tosto attribuito per uso di medicina, che per uso de cibi. Mangiati inanti al cibo hanno l'istesse proprietà, che hanno gli codogni, nell'altringer il corpo, & mangiati dopò al cibo, confortano il stomaco, reprimono gli vapori ascēdēti, estinguon il calor accidentale, & le scalme dell'aria caldo, & hanno virtù confortatiua del cuore.

ANNO TATIONI.

*Granati.
d'Aslegiana.*

Sono abbondantissimi in tutta l'Italia i granati, & nel Piemonte si portano i più celebri dall'Aslegiana, se ben nella montagna di Torino, & coline di Monferrato v'è ne sia ancor in abbondanza.

*Perche si chiama granati,
mala punica.*

I più gustuoli sono i muzzi detti di mezza granata. Si chiamano granati dalla copia de' grani, che hanno dentro, & per nascerne in copia in Granata, Regno di Spagna, & i Latini li chiamano mala punica; esserne gran copia nell'Africa: se ne fa vino da speciali, qual si conserva tutto l'anno, per i delicati, che non vogliono beuer l'acqua quando sono infermi, & mangiano ancor loro granelle, co'l zuccaro, per estinguer la sete. Gli acetosi sono più refrigeranti, estinguono il ferver della colera, & perciò sono lodati alle acue, putride, & ardenti febbri. Si dà il suo syropo per questi affetti, & giova alla Diarrhea, & dysenteria, vomito colerico, & il suo vino guarisce la cholera morbo, bagnandoni dentro

*Virtù.**Syropo.
Vino.*

dentro il pane vn poco rostito: contempera l'ardor dello stomaco, è fegato, & incita l'apetito.

Il granato dolce co'l zuccaro, come anco il suo Dolce. vino gioua alla tosse, & alla pleuresia: il suo syr-
opo mitiga la tosse.

Dice il Quercetano, che nel granato si ritroua no, (specialmente, nella sua scorza) tutte le pro-
prietà del vitriolo, & il sale canato dalla scorza ha l'istesse proprietà.

La scorza è la natura vi-
sriolata.

Sale.

Del sugo di tutto il granato, & specialmente Sugo di tutto
dell'acetoso, con vn poco di sapa, cotto à forma di il granato
Rob, se ne fa rimedio buonissimo alla relaxation
dell'vula, & gl'affetti della gola.

Di quel fiore rosso, sottille, che stà nel suo Calice, che ha forma del Macis, se ne fa vna con-
serua lodata dal Montano, e Quercetano, per i men-
strui rossi, e bianchi delle donne, aggiungendoui
vna drama di poluer della sua grana, dalla quale
vi sia stato leuato il vino, per ogni due onc. di con-
serua: pigliando ogni mattina due drame di questa co-
serua, per quindici giorni, cominciando dal Plenilu-
nio, fino al finir d'essa. Gioua ancor tal conserua
alla flussion del cattarro, à flussi del corpo, alla pas-
sion celiaca. La sua scorza, come i suoi calici pol-
uerizzati, sono buoni per astringer, tanto applicato
di fuori, come preso per bocca, & la poluer de
balansti sparsa sopra l'instino, che esce di fuori, lo
ritiene dentro.

Conserua del
fiore di grana-
to.

La sua scorza

Vi sono ancor granati senza nuclei, come anco Granati sen-
l'ughe, quando sono in quantità, hanno pocchi, o rari.
nessun nuclei; ma sono tutti vinosi; come disse Theo-
frasto nel lib. de stirpibus, & così afferma il Quer-
cetano, & Apolonio: iuxta solos, Ciliciae urbem

ad

400 REGOLE DELLA SANITA.

ad amnem pinarum, vbi Alexander cum Dario pugnauit, mala punica nasci sine ossibus quorum grana per omne æuū vinum refe-

PISANEL rant.

LI.

Elessione.

Le dolci che siano grosse, con i grani grossi, ben mature, e che siano facili à scorticare: e le acetose, che habbino assai sugo.

Gionamenti.

Le dolci giouano allo stomaco, al petto, e alla tosse: & accrescono il coito, e l'acetose giouano al fegato caldo, & alle febri.

Nocumenti.

Le dolci generano ventosità, e calidità, e però si proibiscono nelle febri. Le acetose sono nemiche al petto, & offendono i denti, e le gengiue.

Rimedio.

L'vna spetie curarà il nocumento fatto dall'altra: & però si mangino i granelli dell'vna, e dell'altra mescolati insieme.

Gradi.

Le dolci sono calde, & humide temperatamente. E le acetose sono fredde di sottil stiticità nel secondogrado.

Tempi, Età,

Complezioni.

Le dolci sono buone l'Inverno per tutti, e l'acetose la state per i corpi colerici, e per i giouani, mà sono meniche à' vecchi, perche gli stringono il petto.

Le Granate hanno hauuto il nome dalla moltitudine de' grani, che producono, e non dal regno di Granata in Spagna, come molti si credono; anzi quel regno per esser di questi frutti fertilissimo, hà tolto da queste il nome, e l'impresa, che per sua insegna particolar fa vn pomo granato. Sono di tre spetie dolci, forti, e vinosi. Le vinosi sono quelle che volgarmente si chiamano Agrodolci, ò di mezzo sapore, e da alcuni sono dette schiane, e in Toscana Vaiane.

REGOLE DELLA SANITA. 401

Vaiane. Le forti si fanno diuentar dolci, mettendo loro alle radici letame porcino, ouero humano con vrina riserbata di molti giorni. Le acetose si danno à caldi, e colerici per la seconda mensa, perche smorzano la colera gagliardamente, & il loro vino non lascia, che le supe fluii corrano alle viscere: tutti i granelli, dopo ben succhiati, si deuono sputar fuori. A gli infermi si danno l'Acetose, perche non lasciano salire i vapori al capo, le dolci giouano à i freddi, e l'acetose à i caldi. Le Acetose stringono i corpi de' sani, ma non quei de gli amalati, secondo che riferisce Paolo Egineta. In Salerno sono tutte grandissime, ma à Tiulice n'è molto maggior copia. Tre fiori di Melagrane piccioli, mangiati, non lasciano per tutto quell'anno patire nessuna malattia d'occhi.

Il Ramo del Granato hà virtù di cacciar via gli animali venenosi, & di quì auiene, che gli antichi soleuano metter di sopra, & di sotto i lor letti rami de' Granati. I fior de' Granati detti Balauisti messi in vna ampolla al Sole con oglio d'olua, & adoprando di tal oglio, per leuari segni delle varole, & d'altre cicatrici, le manda via del tutto. Et delli predetti fiori de' Granati si fa vna conserua con zuccaro: come si fa la conserua di rose, qual hà gran virtù di restringere il flusso bianco alle donne, pigliandone ogni mattina à digiuno sin' alla quantità di vna castagna, così perseverando qualche giorni.

Auicena nella terza regola del quarto libro dice, che à guarir il carbonchio, si deuono pigliar Granati agri, i qual s'infonderanno tre, ò quattro volte nell'aceto, sin' à tanto, che siano ben humidi, dopoi si pestino, & posti sopra qualche panno, si mettino sopra il carbonchio, tanto nel principio del male,

CC

quan-

quanto in augmento, perche sono buoni in ogni tēpo, & del tutto stirpano il carbonchio: Le nocciuole de' Granati agri, pesto al peso d'vn'oncia, & dal con vna dramma d'incenso pesto al peso di due dramme à bere ogni mattina con acqua rosa alle donne che patiscono flussi bianchi, gli guarisce facilmente.

ZIZOLE, O VERO GIVGOILE.

Cap. XLVII.

Zizole.

Zizole, ò vero Zenzeuerini: discordano sono gl'Autori trà di loro; perche alcuni vogliono, che siano freddi, & alcuni, che siano secchi; mà che declinano à l'humido. Sono di difficil digestion, generano grosso sangue, & sono di poco nutrimento. Leniscono l'asperità del petto, & del polmone. Galeno dice, che non trouaua, che le zizole operassero cosa alcuna, per conseruar la sanità, & per rimuouer l'infermità.

Qualità.

Virtù.

ANNOTATIONI.

Galeno.

Serica.

Persici-noci.

Galeno nel secondo de Alimentis, attribuisce quel che dice il Benzo delle zizole frutto domadato serica, e se essi frutti siano le giugiole de' Italiani disputano gl'Autori. Il Matthiolo vuole, che siano le giugiole, & il simile parche voglia Auicenna, & Serapione; ilche nega il Cornario, il quale vuole, che esse siano li persici-noci, chiamati d'esso Tubera; perciò il Fuchsio scrive contro Auicenna riprendendolo, che doni tante proprietà alle giugiole,

gingiole, conciosia che Galeno attribuisca quel che Gingiole, habbiamo detto à le seriche.

DELLA LATTUCA. Cap. XLVIII.



A lattuca è fredda, & humida nel *Lattuca*, secondo grado, è di difficil digestion, & è di poco nutrimento, & nutrisce più cotta, che cruda, & genera ottimo sangue, & è di buon nutrimento. *Virtù.* & il sangue generato d'essa, è il più lodabile, che quel generato d'ogn'altra sorte d'erba. La migliore è quella che si coglie ben netta, & non lauata; perche lauandola se li leua la sua bontà, & se gl'augmenta la frigidità, & humidità, & si rimoue la sua buona virtù ch'è nella superficie, & douenta alquanto inflatua. La lattuca è suaue, & fa più profondamente dormire, induce appetito, mangiata con l'aceto conferisce al stomaco caldo, & parimenti alla tosse; generata da materia calda. Il suo troppo vso ottenebra gl'occhi, & induce debolezza di vista; prouoca l'orina, rimuoue il desiderio del coito, & minuisce la sua materia, & propriamente la sua somenza, la quale beuuta spesso, presta gran giouamento alla pollution notturna nel sonno.

ANNOTATIONI.

L E più sane lattuche sono quelle, che doppo esser seminate non sono trapiantate; perche le trapiantate, & capucchie hanno vna soprabbondante *Elettioni*

Ec 2 humi-

Lattuche caporosa. humidità, che nuoce allo stomaco, & è assai più vaporosa. La lattuca longa di foglia, detta lattifoglia è buona per le minestre, & hà l'istesse qualità dell'altre: l'acqua stillata beuuta, & epithimata prouoca il sonno nel delirio, & frenesia.

Martiale. Soleuano gl'antichi Romani mangiarle doppo pasto, & questo credo per dormir più bene. Laonde Martiale scrisse.

Claudere, quæ coenas lactuca folebat aurorum.

Dic mihi cur nostras inchoat illa dapes?

Cotta non è tanto vaporosa, e il suo correttino, e la Ruccola.

PISANEL
LI.
Elettione.

Quella ch'è stretta, detta capuccina, che si semina ne gli horti grassi, e si mangia auanti che in cominci à far il latte, e sopra tutto non si lavi nell'acqua.

Giuuamenti.

È facile da digerire, eccede in bontà tutti gli altri herbaggi, accresce il latte alle donne, leua le vigilie, stagna il flusso del seme, e smorza l'ardore del stomaco.

Nocumenti.

Oscura la vista, indebolisce il calor naturale, corrompe lo sperma, e lo fa sterile, toglie l'appetito del coito, fa il corpo pigro, e nuoce allo stomaco debole.

Rimedio.

Mangiandola con menta, ò con la ruchetta, ò con altre herbe calde: e più presto cotta, che eruda, mà sopra tutto se gli beua appresso buon vino bianco.

Gradi.

È fredda, & humida nel secondo grado, e però per suo temperamento seco si mescolano l'herbe calde.

Tempi, Età,

È buona ne' tempi caldi, & ardenti à giouani,
ni,

ni, & à quei che sono colerici, e sanguigni, e di *Complezioni*.
Stomaco caldo, i cui ardori leua, condita con
l'aceto.

Molti impertinentemente biasmano la Lattuca,
con dire, ch'ella generi troppo sangue. Il che non
fa, ne esia, ne nessuna sorte di herbaggi, mà quando
fosse, meritarebbe lode, e non biasmo. Ella non
stringe, ne muoue il corpo, perche non è austera, ne
acerba, ne acre, ne salza. Dice Galeno, che la Lattu-
ca in gioventù gli smorza l'ardore dello stomaco,
& in vecchiezza lo facena dormire. Non si laui
quando si hà da mangiar cruda, nell'acqua fresca,
come comunemente si fa; perche se gli leua vna
certa ottima qualità superficiale, la qual tolia via,
fa che la Lattuca debilita & offusca la vista, & ac-
quista per l'acqua gran ventosità: mà tolti via
quelle frondi di sotto, che di terra sogliono esser
ripione, si mangino quelle tenerelle di dentro: con-
ferisce à gl'ardori della testa causati dal Sole, &
alla frenesia, e all'erisipila. Smorza l'ebullitione
del sangue. Gl'antichi la mangiauano doppo cena
per reprimere i fumi dell'rbriachezza, e per dor-
mir meglio, perche mangiauano poco la mattina, e
la sera poi crapulauano senza descrizione: Mar-
tiale disse, Claudere, quæ coenas lactuca solebat
auorum. Dic mihi cur nostras inchoat illa da-
pes? Aristoxano Cireneo adacquaua le lattuche con
l'acqua di mele, accioche crescessero più grandi, e
fosseno più dolci, e più saporite.

La Lattuca è da molti biasmata, per esser fredda,
la cui freddezza difficilmente si può vincer dal ca-
lor nostro naturale, & per essere da Oribasio posta
nel numero de' cibi, che sogliono generar cattino

406 REGOLE DELLA SANITA.

sugo. Però se si mangiarà co'l pepe: si verrà à corrègere la sua malitia, & come dice Galeno, darà al corpo vn sugo più lodeuole, che l'altre herbe, eccetto però la boragine, la buglosa, & simili.

Dicono, che beuuta la decoitione delle sue foglie con acqua d'orgio, & zuccaro, apporta quantità di latte alle nutrice, fregandosene poi le mammelle con le mani. Il suo latte meschiato con latte di donna, & messo ne gli occhi, leua lor le macchie. Il suo seme infuso in acqua, doue sia stato estinto l'acciaio con poco d'auolio poluerizzato, è ottimo rimedio contra li fiori bianchi delle donne.

IL LUPINO. Cap. XLIX.

Lupino.

Qualità.

Virtù.

Il dolce.

Nocimenti.

IL Lupino di sua natura è caldo nel primo, & secco nel secondo, se ben alcuni vogliano, che l'vna, e l'altra qualità sij nel secondo. Il lupino, quando è amaro, è più per vso di medicina, che di cibo; amazza li vermi, apre l'opillationi.

Quello, che è fatto dolce nella frequente remollitione dell'acqua, è atto per nutrire, & nō scalda il corpo; perche per la remollitione perde l'amaritudine, & la sua calidità è di difficil digestion, & genera mali, & crudi humori.

ANNOTATIONI.

IL Lupino non è vsato da noi, se non da pouerelli, & figliuoli, & è di poco nutrimento. S'usa la sua farina con l'amandole amare, per tener morbida la faccia, & le mani. Nelle grande carestie gli metto.

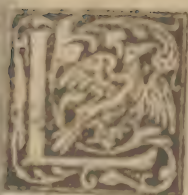
REGOLE DELLA SANITA. 407

mettono tal volta con il grano, dolci prima nell'acqua, e poi seccati, per farne farina.

1 Lupini sono duri da digerire, & sogliono generare vn sugo grasso, & opilatiuo, perciò non si douriano vsar' dentr' al corpo, mà si bene fuori, oue per la lor amaritudine guariscono la lepra, il prurito, & i pedocchi, come bene fanno le nostre donne, le quali si soglion metter à bollire nella liscia, della qual lauano il capo a' lor figliuoli, & la farina fatta de' Lupini val contra il prurito, & pedicelli delle mani: lauandose con essa. L'acqua stillata de' fiori de' Lupini, mescolata con acqua di fior di fane, & alquanto oglio di tartaro, fà bella faccia alle donne.

Il seme di fengreco, qual dice Galeno, che mangiandolo cotto co'l garo inanti pasto, che gioua à lubricar il ventre, e che nutrisce com' i Lupini non s'usa à noi: com' ancor il seme dilino, qual difficilmente si digerisce, e poco nutrisce.

LA LENTICCHIA. Cap. L.



A Lenticchia è fredda in primò, & secca in terzo, se ben ch'alcuni vogliono, che inclini al temperamē. Qualità. to: la sua scorza lubrica il ventre, & la med olla è stitica, & di difficil digestione: genera il sangue grosso, è melanconico, disposto à generar lepra, cancro, & altre infermità melanconiche, & inflatiue: nuoceno al cerebro, allo stomaco, al petto; per la loro essiccatione, ottenebra il vedere, & alcuna volta fa veder cattui sogni, estingue la calidità del sangue, & essicca la materia del coito. A far, che

Virù.

Nocimenti.

Corruzione.

C c 4 non

non faccia alcun nocumento, si deue scorticare, & cuocendola gettar via la prima acqua, & indi ricuocerla in altra acqua, & condirla con l'aceto, & specie, ò amandole. Il più vtil modo à prepararla, s'è con la seconda decottione, mescedarli vn poco di farina d'orzo, dalla qual commistione, si genera poi buon nutrimento.

ANNOTATIONI.

Vso.

LA Lenticchia s'usa di continuo nelle viuande fatte di vigilia: cotte con la seconda acqua, oglio, e pepe, ò vero con l'aglio, come fanno gli agricoltori: le più celebri sono le grandi, come quelle d'Aslegiana. E utilissima la sua decottione fatta con lacca, gramegna, iuiube, tormentilla à fanciuli. che mettono le varolle: se ben, sij dannata d'alcuni; perche genera sangue melanconico; mà ciò fa dalla sua proprietà occulta, & non da qualità manifesta. Il cibo fatto coll'orzo è chiamato Phacoptissana, & è buono cibo per le varolle. Il correttiuo suo è la satureia, & il pulegio,

Varolle.

PISANEL
LI.

Electione.

Giouamenti

Nocumenti.

Rimedio.

Gradi.

Tempi, Età,

Compleffioni.

Quella, che posta nell'acqua, quando si leua fuori, subito si secca.

Leua l'acutezza, e la furia del sangue, e conforta lo stomaco.

Genera humori melanconici, nuoce al coito, & offusca la vista.

Cuocendosi con la bieta, ouero con li spiniaci.

E fredda, e secca nel secondo grado.

E trista per i colerici, & per i melanconici; è buo.

è buona per gli humidi, ne' tempi molto freddi.

La scorza della Lente rilassa il ventre, e la middolla lo stringe; e però se sarà leggermente cotta, mouerà il corpo; e se molto: lo stringerà. Diuenta pessima, quando si cuoce con la carne salata. Nuoce a' melanconici, fa vedere sogni horribili. Ingrassa il sangue di maniera, che non può correr per le vene, e però diminuisce, & impedisce l'orina, & i menstrui. Con la Lente nō si deue mescolare nessuna cosa dolce perche fa maggiore opilatione, Riēpie la testa di fumosità grossa, però non si deue mangiare, se non da quelli, c'hanno la complessione humida.

La lente non è così buon cibo, come il volgo tiene, perciò che genera vn sangue grosso, & melanconico, disposto alla lepra, al cancro, & all'altre infermità melanconiche. E opinione del volgo, che la lente sia astringente, & perciò la danno ne' flussi, mà il contrario dice Galeno dicendo, succus lentis, adstringenti facultati est contrarias, & dicesi per commun prouerbio in Lombardia, che chi mangia la lenticchia, caga vna secchia. Però direi, come dal caolo, che'l suo primo brodo solue il corpo, mà se gli sarà mutata l'acqua, & sarà ben cotta l'astringerà. Donde non posso se non biasmar coloro, che doppò hauer mangiato i caoli, beuono il brodo, il quale (se pur s'hà da bere per lenire) deue esser prima beuuto, che mangiar' i caoli, & altri cibi, che di loro natura sono astringenti, come s'è detto nel capitolo de caoli.

L A T T E Cap. LI.*Latte e sue
qualità.**E di tre sostan-
ze.**Virtù.**Latte perchè
è bianco.**Latte acqui-
sta diuerse
qualità, e per
che.**Latte di Don-
na.**Virtù.**Latte caprino
lodato.**Latte lodato.*

L latte è vicino al temperamento, e declina alquanto alla frigidità, & humidità; se ben ch'alcuni dicano, che sij caldo. E composto di tre sostanze, cioè di quella parte, che si domanda caseale, butirosa, & serosa; ch'è l'acquosità del formaggio, & butiro, & di questa non ne voglio trattarne; poichè il suo vso appartiene più per vso di medicina, che di cibo. Il latte è di nobile sostanza, & di facilissima digestione, & di veloce conuersione in sangue, & non si deue di ciò marauigliare, conciossiachè il latte è sangue delle mamelle, secondariamente cotto, doue per la natura delle mamelle acquista bianchezza, saporosità, & habilità, per il cibo. Il latte diuersamente può partecipare bontà, e malitia; perchè acquista diuersa virtù, secondo la diuersa natura, e complessione de gl'animali; da' quali si molgie: e se ben lo latte di Donna sij laudabilissimo, nondimeno per nostro nutrimento vsiamo lo caprino, pecorino, vaccino, buffalino, e simil tal virtù hà il latte, quasi come hà l'animale, donde prouiene, mà per miglior nutrimento vsiamo il caprino; perchè conforta più lo stomaco, e macco, opilla il fegato.

Il latte àncora è migliore, d'animale giouane, grasso, e sano; che di vecchio, e magro, ò infetto, & è tanto migliore, quanto che gl'animali vsano migliori pascoli.

REGOLE DELLA SANITA. 415

Il latte vernale, ò estiuale, e miglior chelo *Latte vernale.*
 hiemale, ò autonnale: il miglior modo di ri-
 ceuer il latte, e di beuerlo à stomaco gieggiuno, *Modo di be-*
 con la calidità attuale, come se molgie, e dif- *uerlo.*
 ferire, il cibo per fino, che sarà disceso dallo
 stomaco. Et più appetibile è mangiarlo coa- *Coagulo.*
 gulato, per alquanto spacio inanti al pasto;
 perche essendo il latte di facilissima digestio-
 ne, & mescolandosi con altro cibo, ò si cor-
 rompe, ò vero che passa con l'altro cibo indi-
 gesto.

Si deue ancora l'huomo riposare doppò ha- *Auerimenti.*
 uerlo preso; accioche per il mouimento non
 perda sua tenera sostanza, non si corrompi, &
 non si inacetisca.

Il latte genera molto, e buono sangue, aug-
 menta il ceruello, & la materia del coito. In- *Virtù.*
 duce bello colore, propriamente mescolato
 co'l zuccaro, aiuta grandemente i tilici, & con-
 sumati, gioua alli hidropici, all'ardor dell'ori-
 na, alla tosse, al petto, & al sputo del sangue.
 La natura del latte è di conuertirsi in quel hu- *Proprietà.*
 more, che ritroua nello stomaco per dominâte;
 perche se ritroua nello stomaco abbondanza
 d'humori caldi; per la sua butirosità, che è atta
 ad infiamarsi, s'infiamma, & si corrompe, & si *Nocimenti.*
 conuerte in fumo; la onde graua il capo, & in-
 duce la sincopi, & ansietà. Se nello stomaco ri-
 troua ch'abbondi d'humori freddi, il latte per
 la sua caseità douenta acetoso, ò vero agro,
 & si conuerte in agri, & crudi humori.

Il stomaco, che desidera latte, vuol esser ben *Stomaco atto*
 disposto, e vacuo da mali humori, & che sij in *à ricenerlo.*
 la

- Auersimenti.* la sua buona, e naturale complessione. Se si dubitasse che il latte si coaguli, ò faccia formaggio nello stomaco, vogliono li Autori, che con esso, ò da poi quello si riceui, ò zucchero, ò melle, & qual si voglia di questi ne assicurano. Si deue doppò hauerlo preso lauarsi la bocca con vino, aceto, e acqua, ò vero melle, & acqua; acciò che si rimuoua la sua aderenza alli denti, & gingiue, a' quali faria portarli vn propinquo nocumento. Quanto si sente dolor di testa, si deue guardare di pigliar il latte; perche accresce quelle passioni. Il suo troppo vso ottenebra la vista, genera pietra ne' corpi acciò disposti, induce opilation di fegato: il latte puro preso lubrica il ventre; mà cotto, & quello nel quale v'è stato estinto dentro ferro infogato, ò prede infocate; è constrictiuo del ventre.
- Corressiuo.*
- A dolor di testa e nociuo.*
- Nocumenti.*
- Lubrica latte cotto.*
- Vale contra veneni.*
- Il latte è buono contro le medicine mortali, & massime contra la beuanda delle cantarelle, dell'elieboro, & argento solimato; & da altre medicine, per le quali gli humani corpi moiono.

ANNOTATIONI.

Latte, che cosa sia.
Galeno.

Necessità del latte.

Il latte è generato dal superfluo, & benigno alimento nelle mammelle della femina dalla geminata concottione del sangue, come dice Gal. nel li. 1. de sanit. tuend. e nel 16. de vsu part. E il latte necessario nell'infantia, che non può immutar altro cibo, sinche habbia i denti ben fermati; perciò molto male fanno quelle donne, che nutriscono i suoi figliuoli

REGOLE DELLA SANITA. 413

figliuoli d'altri cibi : è il latte temperato in tutte le
 sue qualità, declina però alquanto alla frigidità, & Qualità.
 humidità, come vuol Rhafis al 6 ad Almanf. E il Rhafis.
 latte composto di tre parti sostantiali, cioè butiro-
 sa, qual è calda, & humida; caseale, qual è fred-
 da, e secca; serosa, la qual Mesue vuol che sia Mesue.
 calda, e secca, e ciò acquista per virtù del coagulo,
 e Galeno nel quarto simpl. dice ch'è fredda, & humi-
 da, Auicenna la fa calda, e humida, il medemo Auicenna.
 scrue Pantaleon di Vercelli; l'opinion di Gal. par
 che s'ij più accettata, poiche il sero essendo la parte
 acquosa, e meno consistente del latte, vi predomina
 l'humidità, e poi dalla natura del sangue, che con-
 tiene in se parti nitrose, come ancor dal coagulo
 acquista più parti di calidità, che di frigidità; ma
 pur (secondo il Conciliatore) chi considerasse lo se- Conciliatore.
 ro separato da queste due parti, & specialmente
 dalla nitrosità detergente, dirà esser più tosto, fred-
 do, che caldo, e la siccità che gl'attribuisse Mesue
 nel primo esser accidentale acquistata, come detto
 habbian dal coagulo. Il latte poi è differente secon- Differenze.
 do la varietà d'animali, da quali si caua, come an-
 cora la diuersa età d'essi, la diuersità de tempi dop-
 po, che hanno partorito, com'ancor le diuerse sta-
 gioni dell'anno, le varie regioni, e pascoli, oue si
 nutriscono, ancora secondo che più, o meno, è stato
 conseruato, e delli accidenti, che sogliono soua-
 gionger all'animale, i quali non poco ponno alterar-
 li nella bontà, come sono la fame, pienezza, vigi- Bontà, e mali-
 lie, sonnolenza, otio, fatica, regime del viuere, caldo, ria del latte.
 e freddo eccessiui, & accidenti dell'animo; per que-
 sto è giudicato miglior il latte di donna, che d'altro
 animal, d'età fiorita, che d'animal vecchio, d'ani-
 mal

mal sano, che d'animal morbofo, quel di donna, che quel di vacca, che nel tempo che gl'animali si nutriscono di buone herbe, come nel mese di Maggio, che in altri tempi, il fresco, che il vecchio, che sia di poco tempo conseruato, che quel di longo tempo, acido, ò concreto, la diuersità delle regioni, come l'Orientale è diuerso dall'Occidentale, e Settentrionale, e la diuersità de pascoli secondo la varietà dell'herbe, che mangiano, & altre molte qualità si richiedono per saper la bontà, e vitio d'esso:

Fanciulli, come deuono nutrirsi co'l latte.

Il più proportionato latte per il viuer de' fanciulli, e c'habbia più proportionata temperanza con la natura humana è il latte di donna, qual vuol esser di donna sana, che si nutrisce di buoni cibi, e proportionati à sua complessione, e che se sia possibile, che sia della propria madre, che l'hà partorito, perche è più proportionato alla natura del fanciullo, che se à caso la madre non fosse sana, ò vero che non potesse lei dargli la tetta, all'hora si ricercherà vna nutrice di simil natura della madre, pur che non sij la madre, come hò detto, morbofa; &

Nutrice, come debba essere.

in tal caso si ricerchi la nutrice da vinti sino à trentacinque anni, e che sij di natura allegra, sana, carnosa, habbia buon color, il petto muscoloso, il collo forte, mezzana trà la magrezza, & grassezza, c'habbia le tette mediocri, & nò fluide, e che nò habbia vitio alcuno; perche sogliono imprimer si ne' bambinile loro male qualità, e vitij ancora, come

Nerone mal nutrito.

si legge di Nerone imperatore figliuolo di padre, & madre benigni, e buoni, e lui tanto scelerato, che fece amazzar la propria madre, e la causa della mutatione di questo temperamento dicono esser la sua nutrice, ve anco superba, & altiera, si loda ancora

cora

cora più il latte della donna bruna, che il latte della donna bianca, bisogna ancora che non sia pazzo, come vuol Arist. nel 3. hist. animal. deve poi il latte esser di mediocre sostanza, trà la parte caseale, e *Elessione* serosa, che vi sia egual porzione, ilche si conosce dalla fluidezza, che posto vna goccia sù l'onghia non spandi, che sia di color bianco, perche gl'altri colori sono mali, che sia di buon'odore, e che non sia alterato d'alcun vitioso sapore, e le nutrici, che hanno copia di latte devono la mattina mōgersi vna parte del latte, & l'altre darla à fanciulli; gionua an- *Gionamenti* cor il latte di donna à consumati, & herici, tifici, & alle rosioni dello stomaco, e per chi hà beuuto il lepore marino, e per curar l'ophthalmia, e questo è quanto al latte di donna, che trà gl'altri è giudicato il più temperato: Appresso à questo, perche del latte se ne nutriscono molti, come sono i Tartari & nostri Alpini, & si fà d'esso molte viuande, perciò vanno ricercando qual sia il migliore doppò quel di donna: Rhabì Mose vuol quel del porco, perche la sua carne hà più somiglianza con quella del corpo humano, se- *Rhabì Mose* no, mà Panthal. di Vercelli dice che questo animale *Latte di porco* è vorace, e che il suo latte è acquoso, e crudo, non maturo, se ben Aëtio dica al contrario, che sia grasso, e il più pingue di tutti, e che non hà bisogno arte per coagularlo, perche hà pochissimo siero, e cotto facilmente si congela, perciò non passa facilmente, non è buono allo stomaco, & eccita nausea à chi lo gusta; genera lepra, vitiligini, e rognà; perciò *Nocimenti* come dice Plutarco gl'Egitij l'abborriano come cosa profana.

Il latte di vacca è il più vsato nelle viuande in *Latte di vac-* Piemōte, e Gal. dice ch'è più grasso di quel di pecora, *ca.*

e ca.

e capra, e il Crescentio preferisce questi due al vacchino Dioscoride dice ch'è buon per il ventre, m che lo turba, & Gal. dice ancora che lo mollifica Aegineta dice che il più temperato è quel di donna poi il caprino, il terzo quel d'asina, e poi quel vacca.

Latte Camelino.

il latte Camelino, ò sia del Camelo è il più sottil, & acquoso di tutti gl'altri; perciò dice Auicenna omne lac obstruit iccur præsertim excipimus Camelorum foetarum lac, & similia (asininum, equinum) in quo parum casei est, & aquositate sua abstergit: e R basis Camelinum lac oïum tenuissimum est, melius tenuiusque gignit alimentum, extenuat crassos humores excrementitios, aluum mollior, & obstructions liberat propter vehementem calorem, qui ei per naturam inest. gl' Arabi beueno il latte di Camello ancora, perche non genera sordidezza nella cute, come gl'altri.

Latte d'asina.

Il latte d'Asina è da noi vsato alli etici, & consumati tuolto dalla tetta, ouero così caldo conseruato nell'acqua tepida co'l zuccaro: tuolto la mattina inanti pasto, è buonissimo per purgar l'ulcere de reni, e vesica, e molto asterfuo, è di natura più fredda delli altri.

Latte di cane.

I Cynamolgi popoli dell' Indie beueno il latte di Cane.

Latte di capra.

il latte Caprino, perche la capra si nutrisce de frondi d'alberi astringenti, è più commodo per il ventre, e stomaco di tutti gl'altri, e tien il luogo secondo appresso à quel di donna, ha manco pinguedine del vaccino, e Galeno vuol che si pigli co'l melle, e acqua, acciò non si coaguli nello stomaco, come faccia;

REGOLE DELLA SANITA. 417

facciamo noi co'l zuccaro: si dà contro le dysenterie. tolto per bocca, e messo ne' clysteri, leua le torsioni del ventre: si dà à ettici, leua la prurigine: il latte di capra, qual hà mäggiato herbe purganti è ancora esso purgante, posto di fuori mitiga i dolori: il suo sero è il più celebre de gl' altri, & massime delle negre, & non solo si vsa per purificar il sangue nella Primavera, ma ancora si dà nell' Italia à febricitati, come bē scriue il Capouacca, & Massaria. S' vsa nella Primavera hor solo, & hor accompagnato con herbe alterati, per corregger l' intēperie del fegato, per deterger gl' humori serosi, & adusti, come sono la fumaria, rose, assenzo, lupuli, pilosella, & hor si aggiunge mirabol. di tutte le specie, rhab. senne & epib. cō li loro correttui, & alquāto zuccaro, & questi si aggiungono quando si vuole maggiormente purgare, come nella scabia, psora, lepra, vitiligine, & altri morbi cutanei causati da humori adusti: la dose del sero da per se, è come quella dell' acque de bagni hor cominciando da vna liura, & indi si vā augmētando la dose. Gl' Alpini ne fanno ancor beuanda per il loro bere ordinario, quando stanno sù gl' Alpi.

Sero di capra.

Dose del sero.

Del latte di Cavallo ne fanno formaggio, e beuanda i Tartari, e il loro Rè in vna festa, che fa alli 28. d' Agosto in certi vasi cumula il latte di certi caualli bianchi, che eccedono il nu. di 1000. & il Rè in honor de suoi Dei con le sue proprie mani diffonde in varie parti il latte, e poi ne beve, e quel giorno nessuno gusta latte, eccetto quei che sono della casa del Rè, e quelli del paese Horiach, qual per peculiar priuilegio ne beuono per vna vittoria ottenuta al gran Cham; sono in quei paesi i caualli molto grassi, massime stādo otiosi; Dicono che mol-

Latte di canal

Dd

lifica

Galeno.

lifica il ventre; perciò Serenocosi scrive, Vel cum lacte caprae salsum, mulsamque capeffes; Credo tamē potum meliorem lactis equini, Dicitur hic validos asine pervincere succos, e Gal. equinum lac orius descendit, similiq̃ue modo asininum, quod & paucissimæ pinguedinis particeps est; propterea raro in alicuius ventriculo transit in caseum.

Latte di pecora.

Appresso il latte caprino è utile, & di sapor giocondo il latte di pecora, del qual si fanno pretiosi formaggi, quali non solo nutriscono li Gregari, ma ornano le tauole de grandi, & di questo se ne nutriscono in molte parti, oue v'è caristia dell'altre vetrouaglie, come à noi gli Heluetij, & Alpinati, che spuzano sempre di latte, come nella Valle di Moriana; Alberto vuole ch' il latte di pecora negra sia miglior delli altri, al contrario quel di capra, è latte di gran nutrimento: per la sua crassezza, & dolce; perciò non è così utile per il ventre, come quel di vacca, e m'anco utile allo stomaco; Nell' isole Gaditane è tanto crasso, che non hà quasi niente di sero; perciò sono sforzati à metterui d'acqua dentro, & se le pecore non vengono salassate, muoiono di grassezza, tanta è la bontà dell'herbe; in somma per il viuer humano è il più utile di tutti gl' altri

*PISANEL**LI.**Elessione.*

Accresce il ceruello, ingrassa il corpo, gioua à gli hetici, leua l'ardore dell'orina, nutrisce assai, fa bello il color del corpo, accresce il coito.

Gionamenti.

Nuoce à chi hà la febre, à chi hà doglia di capo, à chi patisce ne gli occhi, à i catarrosi, à chi hà la pietra, a gli opilati, a i denti, & alle gingiue.

Auanti

REGOLE DELLA SANITA. 419

Auanti che si beua , se gli ponga dentro vn Rimedio.
poco di sale, ò zuccaro, ò mele, accioche nello
stomaco non si congeli, e si beua à digiuno.

E humido nel secondo grado , e quanto al Gradi .
caldo, è temperato.

Questo è buono ne i tempi caldi, per gioua-
ni, per i colerici, e per quei c'hanno buono sto-
maco, & è nemico à i vecchi, & à i cattarrofi.

Tempi, Età,
Complessioni.

Il latte è composto di tre sostanze, l'vna acquosa
detta sero, ch'è freddo, & humido, nitroso, e solutiuo:
La seconda è grassa, della qual si fa il butiro, & è tem-
perata, mà vntuosa è la terza e grossa, della qual si
fa il cascio, e questa è grossa, vischiosa, e flemmatica.
Il più pregiato latte è l'humano, il secondo è il boui-
no, il terzo è il pecorino, il quarto, è il caprino, e l'ulti-
mo è il bufalino; ciascuno si giudica ottimo nel suo
genere, secondo i pascoli, il tempo dell'anno, e l'età
dell'animale. Se il latte hauerà molto sero, sarà sēza
pericolo affatto. Se hauerà molto cascio, sarà da fug-
gir, perche genera la pietra. L'vso continuo del latte
nuoce à i denti, & alle gengiue, e però dopò che si è
beuuto, si laui la bocca con vino mescolato con mele,
che così si fortificaranno i denti, e le gengiue. Il lat-
te muoue il corpo, leua la tosse, allarga il petto, e ri-
flora i conualescenti. Beuasi in tanta quantità, che
si possa digerire presto: e poi non si mangi nulla, non
si muoua, non si dorma, ne si beua vino, sin che sia
digerito.

Circa il latte, & altri laticiniū molto vi sarebbe
che dire, mà non essendo il libro indirizzato per medi-
ci, mà per altri, che non sono della professione, basta
ad accennare qualche cosa per instructione, & per
modo d'vsarli. Et per il primo il latte, che s'vsa per

Da 2 cibo,

420 REGOLE DELLA SANITA.

cibo, vuol hauere tre conditioni, la prima che sia fresco, ò di nuouo tirato dalle mammelle. La seconda, che si mangi con vn poco di zuccaro, ò di sale, & la terza, che si mangi auanti gli altri cibi. il medemo si richiede, quando si beue per medicamento, come narra Galeno al 7. del methodo al cap. 6. oue dice, che à Thisici si conuiene il latte humano più presto, che di nessun' altro animale, & appresso l'humano si deue usare quel dell'asina; Mà percioche molti ricusano l'humano, come cibo conueniente a' putti, si deuue dare loro il latte d'asina, come cibo conueniente à gli asini, & hauendo trattato l'authore diffusamente, come s'usi per cibo, non ne farò più longo discorso.

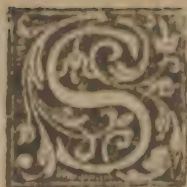
DEL MELONE. Cap. LII.

*Meloni, &
sue qualità.*

Peponi.

Virtù.

Recumenti.



Ono i meloni freddi, & humidi in secondo; mà la qualità passiuua, predominat' attiuua, ch'è il freddo, & sono i meloni di assai miglior nutrimento, che le Peponesse, & altri frutti della sua generatione. Il melon dolce, e maturo, è il più conueniente, & di miglior sugo, che sia per generar buoni humori, & propriamente, quando si mangia con la sua somenza. Suol il melone, & ogn' altro frutto di simile generatione conuertirsi, in quell'humore, che troua predominante nello stomaco. Se benche più facilmente, si conuerta in humor flemmatico, & altri dicono in humor colerico. Quando non si digerisce nuoce allo stomaco, induce vomito, flusso di ventre, dolor di testa, ventosità, e rugiti, abominatione de cibi, & propriamēte

si

REGOLE DELLA SANITA. 421

si meschia con altri cibi. Imperoche è com-
mandato da gl'antichi, che sij mangiato à sto-
maco digiuno, e mondificato da gl'humori, &
da poi alquanto di spacio, si deue mangiare l'al-
tro cibo. Nuoce alli nerui, humettandoli, pro-
uoca l'orina, & propriamente con sua semenza:
mondifica le reni, dalle renelle, & da le predel- *Giona à i re-*
le, come ancor la vesica: volèdo li colerici, che *ni.*
si rimuoua il nocumento loro, deuono beuer
dopò essi il Mazacharan; cioè iulep di zucca- *Auertimenti.*
ro, fatto con acqua, & aceto, ò vero co'l melie
condito, ò vero vino, ò mangiarui sopra zenze-
ro condito. Li nostri Autori, si ritrouano di-
scordi, se dopò al melone, ò pepone, che cosa si *Se si debba be-*
debba beuer, ò vino, ò acqua: così ancora quasi *uer vino, ò ac-*
di tutti i frutti h' imidi è controuerfia: Auicē- *qua doppò al*
na che fù Principe appresso li Saraceni, doue *melone.*
per la loro legge, è prohibito il beuer vino, di-
ce che il vino non si deue beuer da poi li hu- *Auicenna.*
midi frutti, & propriamente dopò li peponi;
perche fà che essi penetrano al fegato indigesti,
& si conuertono in putridi humori, & in que-
sta ragione conuengono, quasi tutti gl'Autto-
ri; mà appresso à noi qual l'vso del vino è cō-
tinuo, cessa quella ragione; poiche vna gran- *Consuetudine.*
de forza, ha la consuetudine in se; imperoche è
cosa potentissima nella custodia della sanità;
per la qual cosa, si dice la consuetudine essere
vn'altra natura. Anzi dico esser meglio il beuer *Vino doppò à*
vino da poi li meloni, che l'acqua; benchè il cō *meloni.*
trario sij appresso li Saraceni, & non auezzi al
vino, ilquale l'vso solo per medicina: ne tã-
poco Auicenna prohibisce in tutto il vino do-

Dd 3 pò li

422 *REGOLE DELLA SANITA.**Isaach.**Meloni d'India.*

pò li meloni; perche comanda, che quelli che sono humettati dalli meloni, beuano vino puro, e buono. La onde appresso à noi, si leua vn trito prouerbio, quando si beue vn vino chiaro, e possente, q̃llo esser vino da meloni. Isaach Hebreo nelle sue diete particolari dice, il vino vecchio, odorifero è da beuer dopò le persiche, accioche si correggi la sua putrescibilità. Li meloni d'India, che sono torti come corna, li quali ancora chiamiamo meloni saraceni sono simili in virtù alli citruolli.

ANNO T A T I O N I.

*Meloni.**Morti p causa de meloni.**Diuerfità de meloni.**Meloni lodati*

I Meloni, quando sono maturi à sufficienza, & che hāno tutte le qualità, che gli cōuengono, sono tanto deffiderati da molti Prencipi, & altri Signori grandi, che molti sono morti, per il superfluo uso d'essi, come riferisce il Durando, ch' Albino Imperatore tanto auido di mangiarne, come ancor delle persiche, che in vna sera mangiò diece meloni d'Ostia, & 100. persiche. Paulo secòdo Pontefice, morì d'Apoplefia, hauendo nella cena mangiato due gran meloni: Dicono Federico terzo: Henrico settimo, & Alberto secondo imperatori esser morti, per l'uso d'essi: come riferiscono Cuspiniano, Aenea Syluo & il Quercetano. Si ritrouano diuerfità de meloni, differenti di colore intrinseco, ò vero estrinseco, come ancora di fatezze; perche alcuni sono rugosi, à forma di vna rete sparsa, & altri sono lisci, trà quali i più lodati sono i più pesanti, & ch'hanno il color di fuori più viuace, & ch'hanno maggior circuito circa il grosso piccinolo, doue stano attaccati, & che la scorza

REGOLE DELLA SANITA. 423

scorza sia dura: Di dentro, che habbiano la carne soda, rosseggiante, ò di color aureo, ò vero dal tutto verdigiante, & che il loro seme stij fermo appressola polpa: indi si conoscono co'l dente, che siano di ferma sostanza, & che stij giocondo, e grato il loro sapore, & che detto sapore nella bocca rassomigli all'odor di rose, zuccaro, ambra, e mosco. Questi sono giudicari meno nociui, come anco quella parte, che si accosta alla scorza, ch'è buonissima cotia al buon brodo di carne, come le zucche, & hà l'istessa proprietà: la corteccia cruda è inutile.

In Piemonte sono celebrati quei d'Astegiana, *Meloni d'Italia.*
come in Italia quei del Regno di Napoli, sono ancora celebrati quei del Lingotto, luogo di S. A. Sere- *Meloni de Piemonte.*
nissima appresso à Moncaglieri, quali sono maturi poco appresso à quelli d'Asti. In Carignano sono più piccoli; mà gustuoli. Il Quercetano loda quei della Francia Narbonese, della Prouenza, Delfinato, *Meloni di Francia.*
e Guascogna, & biasma quei di Parigi, che sono seminati ne' terreni ingrassati, & maturati per forza *Meloni biasmati.*
del calor del lettame; perche sono più corrottibili, & di manco durata.

Quando il melone, si corrompe nello stomaco, genera dolori colici, & renali, vomiti, febri putride, profluy di ventre, & dysenterie. *Nocuenti.*

Il suo seme pisto, & fattone emulsione gioua *Virtù del seme.*
all'ardor dell'orina, & all'affetti caldi delle reni, per me-
conciliar il sonno, & per estinguer la sete, & vale
al principio della gonorrea. Si condisce co'l zuccaro,
per simile cause, come ancor la sua polpa. In Spa- *Meloni di Spagna.*
gna vi sono certi meloni d'alcuni domandati peponi:
gialdi di fuori, quali si conseruano per molto tempo; mà non sono così gustuoli, come gl'altri,

PISANEL & questi meloni sono specie di citrulli.

LI.

Elezione.

Che siano di odore, e di sapore esquisiti, al gusto sommamente grati, che siano freschi, e che siano maturi, ne ci sia altro giudice, che il gusto.

Gionamenti.

Rinfrescano notabilmente, nettano il corpo, prouocano l'vrina, e chi ne mangia assai, si assicura dalla pietra, e renella: cauano la sete, e prouocano l'appetito.

Nocumenti.

Fanno ventosità, e dolori nel ventre, e però quei, che patiscono i dolori colici, se ne deuono in tutto astenere: e così quelli, che hanno la milza grossa.

Rimedio.

Mangiando seco il cascio vecchio, e cose salate, e beuendoci appresso ottimo vino, e mangiando poi altri cibi, de' quali ne siano alcuni acetosi.

Gradi.

Sono freddi nel secondo grado, & humidi nel terzo.

Tempi, Età, Complessioni.

Sono buoni ne' tempi caldi, & ardenti, buoni per ogni età, eccetto che per i vecchi, e nuouo a' flemmatici, & a' melanconici.

De' meloni alcuni sono lunghi, e si chiamano Melopeponi, & alcuni rotondi, e si dicono Peponi, o Meloni. De' primi si mangia quella sostanza intima, che contiene i semi, ma in questi ultimi gl'huomini se n'astenghino di mangiarla. Questi non sono così buoni come i primi, perche il loro sugo grosso, e viscoso nuotando nella superficie, si va spartendo intorno a' lati, ma il liquore de' lunghi scorrendo perde la viscosità. Si conosce che i meloni sono aspersi, perche i corpi sordidi fricati co'l melone perdono la bruttezza. Non si deuono mangiare se non a sto-

à stomaco voto, perche essendo di facil conuersione subito si mutano in quell'humore, che trouano nello stomaco. Appresso si hanno da mangiare cibi di ottima sostanza. In Greco si dice questo frutto Pepon, che vuol dire in nostra lingua maturo. Spartiano lodaua più de gl'altri Meloni quelli d'Ostia, forsi che à quei tempi erano in prezzo.

Non raccontarò di quante sorte di Meloni si trouino, perche v'è ne sono di più spetie, cioè alcuni femine, chiamati Peponi, che sono più longhi, altri chiamati turchini, che hanno la scorza molto verde, tirante su'l nero, Altri hanno la forma del codogno, & si chiamano Meloni, & questi hanno manco humidità. Altri sono chiamati cedriuoli, così detti, perche hanno il color del cedro. Altri si chiamano peponi d'inuerno, che non sono così grossi, come li peponi comuni. Dirò solamente, che non è poco da marauigliarsi di molti, che nascendo da vna medesima pianta, si vede, ch'alcuni riescono di tutta bontà, & altri di tutta dissipidezza, però vi vuol esser usata gran diligenza nel conoscere i buoni, & danno segno d'esser buoni quelli, che sono più graui, che hanno grosso picciuolo, & che'l luogo, di doue egli si stacca, sia grande, & tondo; che sian longhetti; che sbattuti, non sonino; c'habbino la scorza scabosa, ch'habbino le fette pari, & profonde, che non gialde gino di fuori, & che non cedano spremuti co'l dito grosso della mano. Et in somma ch'habbino le qualità, che in questi versi si contengono.

Martine ad nostras mensas, qui prouidus affers

Ex omni fructu, emptaq; poma foro.

Elige monstrantem tibi talia signa peponem,

Vt non porcelli digna sit esca tui.

Et

426 REGOLE DELLA SANITA.

Et prius oblongæ sit quaque ex parte figura.

Aspera per totum scabraq; terga gerat.

Sit paribus Zonis, signis distinctus, & altis,

Cui non per senium sit color ipse croci.

Sit grauis vt saxum, durus, nec pollice cedens,

Appositus naso cinnama odore ferat.

Nō sonet ambabus manibus iactatus in auras,

Ostendatq; animas nulla fenestra suas.

Pes vbi iam fuerat circū extendatur in amplū,

Sit mitis, placidus circulus ipse pedis.

Qui si talis erit, per te laudatus abibis,

Sin effringetur per caput ille tuum.

Afficurano i Medici, ch' il seme tanto de' meloni, quanto de' peponi coperto di zuccaro, ò senza zuccaro; è supremo rimedio per far vrinare, mitigare il calor delle reni, & minuir i calcoli. Si suol comunemente, appresso i meloni bere di buon vino, essendo regola vniuersale, che il buono vino, & grosso, per essere caldo, sia medicina del melone, qual è freddo. Il contrario scriue Auicenna nella terza fen. del primo libro al cap. 8. oue dice. Super cibum mali chymi bibere vinum dum comeditur, est malum, quoniam facit malum chymum in extrema corporis penetrare, & similiter superfructus, & propriè melones. Volendo inferire, ch' il vino per essere sottile, qual penetra presto nelle vene, condurrà seco il melone ancora crudo, & causerà opilationi, generando colere grosse, & flemma.

Alche rispondendo, dico, che s' appresso i meloni si mangerà cibo solido, come carne, ò formaggio, sarà assai meglio, che dopò loro: sia buono & in questo fanno bene i Lombardi, i quali comunemente mangiano

REGOLE DELLA SANITA. 427

mangiano il melone con formaggio piacentino, Ma poi che l'vsanza, è introdotta di bere dopò loro, & bere vino purò, dico, che ò veramente si beue per sete, & all' hora ogni vino è buono, ò si beue per corregger la malignità del melone, & vi si conuiene vn vino puro, & potente, ò veramente si beue per dare nutrimento al corpo, & in questo caso non si deue bere, che prima non si mangi altro cibo dopò loro.

Adoprano ancora volentieri meloni le donne che vogliono mantenersi belle, componendo vn' acqua in questo modo.

Pigliano meloni, radici di brionia, di Aro, quanto loro piace, le quali tagliano minutamente, & aggrionui del sugo di limoni ben maturi, pongono in vn lambicco di vetro, & dopò vi mettono tanto latte di capra, quanto basti à coprir, & macerar le predette cose, & soprauanti quattro dita il tutto, le quali macerate, fanno distillare, & ne riesce acqua delicatissima per la faccia.

BERTALDO.

Molti sono di parer, che le amarezze incitino il coito, & questo fanno per eccitar copia de flati, & per esser difficili à digerire. Sogliono causar melanconia, come ancora tutti i morbi cutanei, causati dall' humor melanconico, come cancro, lepra, hemoroidi, & simili: mangiandone spesso generan panne nella faccia, dolor d' testa, & feitor di bocca. Sogliono ancor causar ostruioni nel fegato, milza causando mal colore alla faccia, come ancor negro, & giallo. La onde si marauigliano l' Autori, come Auerrò lodi dette melanzane preparate hà sua fantasia.

il loro antidoto è mangiarle con aceto & pepe. Discordi ancora sono nello loro qualità, poiche il Fuchsjio

428 REGOLE DELLA SANITÀ.

Fuchſio le fa, come il ſongo fredde, e humide, altri le fanno calde, e ſecce; per la loro amarezza, & acrimonia, che hanno ſi conſeruanò ancora per molto tempo nell' aceto, come i meloni piccoli, e cicameri.

Si mangiano cotte co'l butiro, ò graſſo e ſpecie aromatiche, ò vero fritte all'oglio, & acconcie con gl'acrumi, pepe, & ſale, quali ſono il lor correttiuo.

Pomi d'oro. Si uſano ancora i pomi d'oro, quali ſono vn poco meno refrigeranti de' pomi di mandragora, il cui uſo è molto cattiuo: nutriſcono poco, & queſto ancora peſſimo, e vitioſo.

Pepe d'india. Altri ancora uſano il pepe d'India, detto da ſpagnuoli pimienta del Breſil, meſcolandolo con altre ſpecie: ſcalda lo ſtomaco, promoue la digeſtione de' cibi: uſandolo di continuo nuoce molto, ammazza ancora i cani, e ſi uſa per corregger la frigidity d'eſſi cibi, & con eſſo à Genoua ne falſificano il pepe.

Mandragora. Nell'oriente ancora uſano alcuni i frutti della mandragora, che ſono ſoporiferi.

Opio. Altri uſano ſenz'alcun pericolo l'opio, & maſſime i Turchi, quando vogliono combatter, & lo

Dattura. chiamano Naſion. Nel Cayro ancora uſano il frutto della dattura condito per conciliar il ſonno: mà è nemico al ceruello, & al cuore dato al peſo d'vna drama ammazza l'ieſſo giorno: la dattura produce il ſuo frutto ſimile alla ſtramonia.

DEL MORO. Cap. LIII.

Mora d'arbori.

Virtù.



E more de' l'arbor grãde, che ſono dolce, e mature declinano à calidità, & humidità: ſono di poco nutrimeto, noceno allo ſtomaco, & facilmente in quello ſi corrompono, & da quello tolto

REGOLE DELLA SANITA. 429

tolto descendono ; se ben poi dimorano assai nel ventre ; perciò si deuono mangiar inanti al cibo: prouocano l'vrina, tengono il ventre humido : la mora rafredita nell'acqua , & lauata *Mora non matura.* specialmente, quando è molto dolce, douenta molto fredda, leua la sete, seda il gran calore.

La mora non matura è f. e lida, e secca: conforta lo stomaco, astringe il flusso del ventre, l'uso d'essa è più buono per medicina, che ne' cibi.

Le more delle fere, ò roui negre, e perfettamente mature, sono calde, secche, & di picciol nutrimento: astringono il ventre, e sono di dura digestione. L'uso d'esse sono più tolto per huomini rustici, che per delicati: mangiate in quantità grauanò il capo. E buono prima, che mangiarle lauarle, come habbiamo detto del moro arboreo, *Mora de' roui Virtù.*

ANNOTATIONI.

Li frutti de' mori arborei negri, cioè del moro negro, sono i primi che scriue il Benzo, *Frutto del moro.* quasi s'vsano nelle tanole de' grandi, & quando non sono ben maturi, sono conuenienti alle passioni calde della gola, & al principio della schinantia, fatte del suo rob. gargarismo, come anco fano quelli de' roui, & di tutti questi se ne fa il Diamoron, e sono di poco nutrimento.

I mori bianchi sono corrutibili, & vsati solo da figliuoli, & sono dolcissimi. La foglia di detti mori bianchi, è la più celebre dell'altre, per nutrir i vermi, che fanno la seda.

Vè

Mori rossi.

V'è vn' altro frutto de mori, la cui foglia è fruttuosa sono piccioli, rossi, & astringenti; ma non si usano per cibo: il seme di questi dati al peso d'una dram. giouano alla dysenteria.

Mora deroni.

V'è poi la mora de roui volgari, quali s'usano immaturi, per farne il diamoron, & è quello che scriue il Benzo.

Rubus Ideus

V'è ancora il frutto del Rubus Ideus, detto da Francesi Framboise, & da Piemontesi Ampolle, mangiate soua à gl'altri cibi gli corrompono, & generan febre putride, massime le troppo mature; Et quando sono immature, hanno le facultà de gl'altri mori immaturi: dice il Quercetiano, che hanno le facultà delle fraghe; ma sono vn poco più corruibili. Di queste se ne ritrouano ancora delle seluatiche; ma usate se non da gente, che guardano i campi, & mangiate da serpi, laonde hanno acqui-

More de serpi. stato il nome di more da serpi.

*pi.**Fraghe virtù.*

Le fraghe, ò frole sono fredde, e secche, di natura terrea, di sapor misto trà l'agro, e dolce, & gratissimo: sogliono escitar l'appetito debole, refrigerano il fegato, purgandole reni, & la vesicca, scacciano l'vrina, giouano all'isteria: si mangiano inanti al cibo, con vino bianco, e zuccaro: In Francia si mangiano ancor col latte. L'acqua distillata conferisce alle febre, & alle dysenterie: Quando si corrompono nello stomaco, eccitano febre maligne. Sono lodate le mature, negre, di forma piramidale: le tonde, che sono più acide, dette mostelloni, non sono tanto lodate: s'è offeruato, che le piante delle fraghe, se non sono traspiantate, si conuertono nella natura di questi altri frutti.

Nell'Alpi habbiamo vn'altra sorte di frutti, negri,

REGOLE DELLA SANITA. 431

gri, tondi, dolci: di grandezza della fraga, sono chiamati *Arezi*, & non sono troppo lodati, & d'alcuni *Arezi*, si chiamano *Hemeris*, ò *Haireles*.

Queste mangiate cotte, e crude con il zuccaro *Virid.*

gionano alle febri coleriche, & affetti ardenti mitigano l'ardor dello stomaco, & à tutte l'infiam-

mationi interne, stringono il ventre, reprimono la nausea e sono refrigeranti nel secondo: astringono e seccano alquanto.

Di simil natura sono i myr-

tilli di Germania. Il myrto ancora inanti, che s'vsaf-

se il pepe nell'Italia s'vsaua in suo luogo specialmẽ

te da Romani, e ne faceano vn condimento doman-

dato myrtato: si celebrava ancora molto il Cingiale

mangiato co'l sapor nel quale d'era aggiunto esso.

Il Matbiolo scrive, che le donne di Toscana ne fan-

no de grani più grandi, e freschi ben maturi vn

condimento molto gustuole, & con esso mangiano

e carni salate.

Gli antichi celebravano ancora il vino myrtato,

come ancora è lodato dal Montano, per quelli che pa-

iscono flusso, hemorroide, & al superfluo men-

struo delle donne.

Che siano negre, grosse, ben mature, non

occate da animali, e si colgano auanti il leuar

del Sole.

Leuano via tutte l'asprezze della gola, leua-

no la sete, lubrificano il corpo, smorzano la co-

era, e fanno venire l'appetito.

Fanno dolori nello stomaco, e lo contur-

ano, quando lo trouano ripieno di cattiuu hu-

ori, e generano ancora ventosità.

Si hanno da lauare co'l vino auanti che si

angino, & appresso si mangiano alcune delle

acer-

Myrtilli di Germania.
Myrto.

Electione.

Gionamenti.

Nocimenti.

Rimedio.

acerbe, & altri cibi che siano acetosi.

Gradi.

Le mature sono calde temperatamente, & humide nel secondo grado, mà le acerbe sono fredde, e secche.

Tempi, Età, Complessioni.

Sono buone nei tempi molto caldi, per i giouani, e per quei che sono colerici, e sanguigni.

Si proibiscono le acerbe, perche come crude, & indigeste generano molta ventosità: mà se si pigliano quelle, che sono dolci, e ben mature, sono assai grate allo stomaco, mà si hanno da mangiare auanti pasto, da quei però che non hanno humori corrotti nello stomaco. Poco nutriscono, e tengono lubrico il corpo, discendono presto dallo stomaco, mà tardi da gli intestini, e fanno anco calar presto gli altri cibi. Humettano assai, e bene si digeriscono da chi hà lo stomaco vacuo. Se si raffreddano con la neue, acquistano gran virtù di raffreddare, perche da se non si mescolano con cose fredde: l'acerbe stringono il corpo. Horatio nel secondo libro de' suoi sermoni alla Satira 4. lodò le more con queste parole: Ille salubres Aestate peraget qui nigris prandia moris. Finiet, ante grauem quæ legerit arbore solem. Questo frutto era prima bianco, mà dal sangue di Piramo, e Tisbe diuentò rosso. Quest'arboe perche non fiorisce se non passato il freddo, si chiama prudentissima da' Poëti.

Il moro è di due spetie, nero, & bianco; Il nero si chiama da' Latini *morum celsi*, & quando si mangia, si deue mangiar auanti gli altri cibi, acciò che scendendo presto dalla bocca dello stomaco, facci via à gli altri cibi, che vengono dopò lui, perche mangiato dopò, subito si corrompe, & insieme con esso
lui

REGOLE DELLA SANITA. 433

lui corrompe gli altri cibi. Perciò mangiandosi prima, & che sia maturo, viene à purgar il corpo, & al contrario, quando è immaturo, & secco, lo restringe, Onde si concede ultimamente ne i flussi stomacali, & nelle dysenterie. Il bianco non hà altra proprietà che si sappia, se non che egli è buono à nutrire quei vermicelli, che fanno la jeta. Sono ancor le more che nascono ne' rovi della medema qualità delle sopradette, perche immature, & acerbe restringono, onde se saranno messe nel vino, lo faranno diuentar aceto forte, & mettendole nel medemo aceto, lo renderanno fortissimo. Oltra queste v'è vn'altra sorte di more, chiamate ampomelle, ò sian ampoë, quali nascono in gran quantità ne' monti, & l'arbor loro è domandato da' Latini Rubus Ideus, che giouano a' difetti dello stomaco, beuendo il lor fior con acqua.

Che siano rosse, ben mature, grosse, di gran PISANEL
 diffimo odore, e domestiche: perche le seluag- LI
 gie per la loro asprezza offendono lo stomaco. Fraule.
 Smorzano il bollimento, e l'acutezza del Electione.
 sangue, e della colera rinfrescano il fegato, le- Giouamenti.
 uano la sete, fanno vrinare, e prouocano l'appetito.

Nuocono a' Paralitici, & à tutti quei che pa Nocumenti.
 tiscono dolori di nerui, e fanno danno à quei
 ch'hanno lo stomaco debole.

Lauandosi prima con vino buono, e nettan Rimedio.
 dosi bene dalle frondi, e di ogni brutezza, e poi
 mangiandosi con molto zuccaro.

Sono fredde, e secche nel primo grado: mà Gradi.
 quanto sono più mature, sono ancora più tem-
 perate.

Ee

Sono

Tempi, Età, Complessioni, Sono ottime ne' tempi caldi, all'età giouenili, & alle complessioni coleriche, e sanguigne.

Le Frole sono molto aggradenoli l'estate ne' cibi: e se bene da gli antichi medici non furono conosciute; tuttauia per esperienza si conosce che conferiscono à i stomachi colerici, e che leuano la sete: Saldano le ferite, stagnano il sangue, & i flussi, mà prouocano l'orina. La decottione rinfresca il fegato, e lo riduce al suo temperamento naturale quando, che per souerchio caldo si troua essere infiammato. L'istessa decottione purga le reni, e lauandosi la bocca, ferma il catarro, & i denti smossi, e conforta le gengiue. Il loro uino dissecca i quassi del viso, & chiarisce gli occhi. Questi frutti sono più celebrati da Poëti, che da Medici: forse che non erano così bene all'hora conosciuti, & hanno hauuto nome di Montagnoli, molli, rosseggianti, odorosi, bassi, uinosi, sanguinolenti, e rutilanti.

Tra l'altre commodità, ch'apportano le frole, il uino, o sugo di esse, è eccellente per leuar la rossezza, & pustulette, che vengono nella faccia, per calidità di fegato, & anco per leuar la rossezza de gli occhi, & riempir le macchie fatte di fresco, & massime se l'acqua si farà stillar con zuccaro, & l'acqua stillata mescolata con acqua di uita sanarà la lepra. Scrive il Gesnero hauere veduto vna donna, che percòssa con vna pietra nella faccia, vi haueua le broffole, & lauandose con l'acqua di esse frole, subito restò guarita, con gran marauiglia di tutti.

DELLA MENTA. Cap. LIV.



A menta hortolana, c'hà odore aromatico è calda, & secca in fecondo; benchè in essa vi sia vn'humidità superflua. La sua proprietà è di ralegrar il cuore, conforta e scalda lo stomaco, induce l'appetito, rimuoue la nausea; fatta d'humori putridi: reprime il vomito del sangue, ò da freddi humori: toglie il singocio, escita, & aiuta il coito; per l'inflatione, ch'è in essa, & per la superflua humidità; perciò gli Antichi Duchi, & Capitani de gl'esserciti, per hauer più continenti li suoi Cavalieri, non voleuano, che ne' suoi campi fosse portata, ò piatata la menta, come narra Aristotile, ne' suoi problemi. La menta ancora ammazza i vermi, & per la sua proprietà conferisce al morso del can rabioso.

Menta.

Qualità.

virtù.

ANNOTATIONI.

LA menta da noi chiamata gentile, odorata, si mangia la Primavera da molti nell'insalate, & alcuni, cō oglio d'oliua, & pane inati al pasto; p cōfortar lo stomaco: credono molti che faccia consumar lo sperma, mangiandone spesso; Perciò credo che fosse proibita nel tēpo di guerra appresso i Greci; perche assorigliando il sague, & lo sperma si rēde il corpo debole, & pauroso, & phibisse l'erectione della verga: solue latte concreto nelle mamelle, & posto inanti al coagulo prohibisse, che non si coaguli: mangiandone

E e

2

molto

436 REGOLE DELLA SANTA.

molto fa copia di seroso sangue, qual facilmente se conuerte in colera. L'altre specie non sono poi tanto usate, come il *Sysimbrio* de gl'horti; qual hà simili qualità. Ne' monti *Pyrenesi* scriue il *Myconio*, ch'usano la menta *sarracenic*a con le carni, e le rende saporite, se ne fa oglio per il vomito. Lasciata longo tempo senza transpiantarla, si trasmuta in *sosembro hortense*.

PISANELLI. La picciola, che ne gli horti si semina, detta altrimenti *Mentuccia*, & d'alcuni *Menta Romana*; mà si prendano solamente le cime.

Gionamensi. La menta è molto grata allo stomaco, e lo conforta: massime s'è freddo, e debole consuma la flemma, e risueglia gagliardamente l'appetito.

Nocumensi. Nuoce a chi hà lo stomaco, & il fegato caldo, perche riscalda notabilmente, & assottiglia il sangue, e l'infiamma.

Rimedio. Mangiandone poca quantità, & in compagnia d'herbe friggide, come è la lattuca, la cicoria: e la porcellana, & altre simili: & in tempi freddi.

Gradi. E calda, & secca nel secondo grado intenso, ouero nel terzo rimesso.

Tempi, Età, Complessioni. E buona ne' tempi freddi, per i vecchi, per i flemmatici, e melanconici.

La *Menta amazz*a subito con grande efficacia i vermi nel corpo de' fanciulli, dandosi vna dramma del suo sugo, con mezza oncia di agro di cedro, ò di zuccaro rosato, ò di syropo di scorza di cedro. Leua il songh'ozzo, la nausea, & il vomito, e da gran forza allo stomaco. Onde disse la *Scola Salernitana*.
Nunquam lenta fuit stomacho succurrere mētha.

REGOLE DELLA SANITA. 437

tha. Il suo syropo per questi effetti è singolarissi-
mo: fa venire appetito, accresce il coito, mà stringe il
corpo, consuma le flemme potentemente, sana la gra-
uezza, fa buono fiato, e gioua alla memoria, & si me-
scola utilmente con la lattuca, & altre herbe nell'in-
salate, perche da se è troppo calda, & amara. In que-
sta herba di così grato odore fù trasmutata Mynthe
Ninfa da Proserpina, per essersi troppo spesso ritro-
uata in atti venerei con Plutone, si come fa noleg-
gian i Poëti, i quali gli danno epiteto di odorosa, e
verdeggianze.

Tra le rare, & notabil virtù della menta, che si
leggono si troua, ch'ella rimuoue il vomito, che pro-
uiene dal sangue, ò vero da gli humori freddi, & che
è molto profittuole al morso de' cani rabbiosi. Ri-
ferisce in oltre Aristotile ne' suoi problemi, che gli
antichi capitani non voleuano, che ne' loro castelli,
& palazzi vi si portasse della menta, ne si piantasse
ne' lor horri, così scriuendo, Mentam ne comedas,
nec plantes tempore belli, Et questo faceuano,
acciò che i soldati, mangiandone, non venessero a pro-
romper in libidine, per i fiati, & humidità, ch'essa
vien' a generare, per i quali poi si causa il coito, & ac-
ciò che non venessero ad offer più deboli, per causa
della colliuatione del seme, che s' induce dalla men-
ta, si come parimente ne scrive Hippocrate nel 2. de
dieta: one dice, Menta sapè comesta colliquat
semen, & corpus debile facit. Per questa medesi-
ma causa alcuni scriuono, che per impedire, che'l lat-
te mangiato non si coaguli nel corpo, conuiene a co-
lui, che l'ha mangiato di masticare, & mangiare del-
le foglie di menta, perciò che ella ha questa virtù
d'impedir la coagulatione del latte, & fatto con
E c 3 quella

438 REGOLE DELLA SANITA.

quella vn' empiastro sopra le mammelle, oue resta il latte coagulato, presto lo dissolue, & impedisce la coagulatione.

Vale ancora à conseruare i formaggi da ogni corruptione, irrorandoli del sugo, o della decottione della menta.

Melissa.

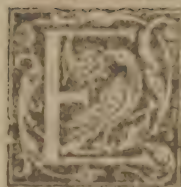
La melissa, da' Toscani chiamata citronella, qual però è dotata di molte virtù, perche à chi l'usa, rende l'animo allegro, gionua all'humidità, & frigidità dello stomaco, prouoca la digestione, apre l'opilationi del ceruello, ritorna i spiriti nella sincope, o sian vanità, corrobora da debolezza del cuore, & in somma per il suo buon'odore scaccia ogni trista imaginatione, & fantasia causate nel sonno da' huomini melanconici, d'onde viene, che da molti si chiama herba confort cuore.

Fassi di essa vn'acqua, che produce buona memoria, & fa buon' intelletto, & si fa in questo modo. Si piglia la quantità di melissa fresca, che l'huomo vuole, la qual si mette in infusione con vin bianco, & poi si fa stillare, beuendola la mattina à digiuno, come si fa dell'acqua vita.

DEL MANCIANO. Cap. LV.

Manciano.

Qualità.



L Manciano è specie de pomi, che d'alcuni sono chiamati pomi Apij, e sono simili à quelli: sono freddi, e secchi nel primo: sono aromatici, & dolci, & hanno proprietà di ralegrar, & confortar il cuore, & il suo nutrimento è miglior, ch'ogn'altra generation de pomi. Conforta gli spiriti nutriendo essi.

ANNO.

ANNOTATIONI.

Scrive Plinio, che il pomo Matiano, così si chia- Plinio.
ma da Matio Romano inventore, si come il Ce-
stiano, da Cestio, & alcuni vogliono, che sia la mel-
la Appio, ò siano Appiole, ò mele rose del Mat-
thioli, ò vero secondo altri i Capandu de Francesi.
Sotto questa specie, si pono metter i pomi di S. Gio-
uanni piccioli, dolci, & odorati, i quali sono maturi
inanti tutti gl'altri: & questi sono ancor chiamati
muste, & melimella dall'odor, e sapor del melle.

DELLA MAGGIORANA. Cap. LVl.



A Maggiorana è calda, e secca, nel Maggiorana s.
terzo: apre l'opilationi del ceruel-
lo, conferisce al dolor di testa, &
il simile all'humidità, & ventosità
della. La sua poluere mescolata con melle, ri- Viru.
mue l'infiammazione del sangue, contingente, e
portato sotto l'occhio. Similmente la maggio-
rana verde, & contusa frà due pietre, rimuoue
la detta infiammazione, ò sij macatura. L'acqua,
il suo sugo purga la testa, e mondifica il ceruel-
lo, & lo conforta: & sopraposto con aceto alla
contura del scorpione, gli presta grande aiuto.

ANNOTATIONI.

Tutte le sorti di maggiorana, si mettono ne' ci-
bi, più tosto per condimento, che per alimen-
to: poiche infiamman il sangue.

Ec 4

DEL

*Mele.**Mana.**Qualità.
Electione.**Virtù.**Neumenti.**Mel cotto.**Diversità del
melle.**Rugiada.*

L Melle è vna rugiada oculta, che casca di notte sopra i fiori, la quale raccolgono l'Api. Nelle regioni doue la rugiada, è manifesta da gl'huomini, si raccoglie, e chiamasi manna. E il mele caldo, e secco in secondo. Quello è miglior, ch'è dolce, & di buon'odore, & che non declina ad alcuna acuità, & è di color di paglia. Lo vernale è miglior de tutti. L'estiuo è miglior dell'Autunnale, & è pessimo l'hyemale. Il mele taglia, mondifica li mali humori dall'interior del corpo, souiene alle fiedde, & humide complessioni, & propriamente à vecchij; perche subito ne' loro corpi, si conuerte in sangue. A' corpi caldi, & propriamente nell'estate, è inconueniente; perche tosto si muta in humori colerici. Il mele cotto è miglior del crudo; perche il crudo, genera ventosità, & inflatione, & tosto penetra, & velocemente nutrisce. Gioua alla soffocatione fatta per gli fongi venenosi: prouoca l'vrina: presta aiuto alla tosse. E il melle diuerso nelle sue virtù, secondo la diuersità delli fiori, & dell'herbe, & delle foglie, sopra le quali casca la rugiada, da che raccolgono le Api. La rugiada piglia le qualità dell'herbe, sopra le quali è stata la notte prima, che sij stata colta da gl'Api; perciò il mele delle regioni, che vi sono buone herbe, & buoni alberi, è migliore: che'l mele delle regioni, che producono cattive

REGOLE DELLA SANITA. 441

tiue herbe. Il melle beuuto caldo con oglio
rosato, soccorre al morso de' vermi velenosi, *Contro veneni*
& à quelli ch'hanno beuuto l'opio: il mele
mangiato gioua al morso del cane rabioso.

ANNOTATIONI.

IL più lodato mele, è quello che viene portato di
Spagna, bianco come neue, se ben che il Benzo
lodi, quel di color di paglia: appresso à questo è ce-
lebrato quel di Prouenza, & di Lenguadoc; per la
purità dell'aria, & per le buone herbe, che vi sono.
In Piemonte s'usa quel della Briga, ch'è nell'Alpi
Liguri: in Piemonte se ne fa di buonissimo: il più
biasmato è quel di montagna, vicino al Piemonte.
Non è dubio, che il mele acquisti la virtù dell'her-
be, nelle quali l'Api colgono la rugiada; perche in
Ponto, per la copia d'assenzo, che vi nasce è ama-
ro, & in altre parti, è venenato; per esser colto
sopra il Napello, aconito, & altre herbe velenate.
In tutta la Sarmatia, Polonia, Russia, Sueda, Li-
tuania, Linonia, Lapia, beueno il Medon, fatto di
mele, & acqua, & di questo ne fanno ancora ac-
qua di vita, & aceto. Il Quercetano ne fa con ar-
te, vn vino che hà odor, & sapor di maluagia di
Candia, vedi nella sua pharmacopœa. L'acqua
mellata è buona per l'infermità fredde, & special-
mente del petto.

Che sia puro, chiaro, lucidissimo, che tiri al **PISANEL**
color bianco, e che sia ben granito, e grosso. **L. I.**

Riscalda lo stomaco, massime ne i vecchi, *Elessione.*
muoue il corpo, resiste alla corruttione, e si cō- *Gionamensi.*
uerte in buon sangue.

Nuoce

442 REGOLE DELLA SANITA.

Nocuenti.

Nuoce à quei che sono di calda complessione, perche infiamma il sangue, e moltiplica la colera, per la sua acrimonia.

Rimedio.

Mangiandosi con frutti, ò altri cibi, che siano di sapore acetoso, ò vero co'l zuccaro rosato.

Gradi.

Tempi, Età,

Complezione.

E caldo, & secco nel secondo grado.

Non si deue vsare se non ne' tempi freddi, per i vecchi, per i cattarrofi, e per quei, che sono di calda complessione.

Il melle è amico de' vecchi, e nemico de' giouani, de' colerici, e de' febricitanti: quando è crudo; si sente agro al gusto, muoue il corpo, prouoca il vomito, e genera ventosità nelle budella: mà quando egli è cotto, conuiene à quei che sono freddi per natura, per età, ò per infermità: mà nuoce a' caldi, perche si conuerte in colera. Muoue l'vrina, netta il petto, & i polmoni da gli humori, che lor casca dal capo. Se si digerisce, nutrisce molto, mà preso in gran quantità, subito fa opilationi. Si cuoce, sin che diponga tutta la schiuma.

Il melle è caldo, & secco, & possiede le medeme qualità del zuccaro, saluo, ch'è differente da quello, per esser caldo, & si fa in diuerse stagioni, si prepara in diuersi modi, & si porta da diuerse regioni. Però coloro, che vogliono comprarne, denono più tosto elegger quel, che si fa la State, che sia ben cotto, & che si porti da paesi, oue siano herbe odorifere: & perciò si loda comunemente quello di Spagna, & poi quello, che si fa nelle montagne della Briga, per esser più bianco, & migliore, & per comporre medicamenti interiori, & esteriori, così per la sanità del corpo, come per la bellezza; percioche l'acqua

REGOLE DELLA SANITA. 443

qua stillata quattro volte per lambicco di vetro, fa i capelli longhi, belli, & amazza le lendini, & i pe- *Mosto, è sia*
tocchi. *vin cotto.*

Che sia fatto di vino cauato dall'vua dolce *PISANEL*
cotto tanto, che manchi per metà, e che sia ben *LI.*
chiaro. *Elezione.*

Gioua alla strettezza del petto, & à gli affet- *Giuuamenti.*
i del polmone, & alle vlcere delle reni, & del-
la veslica, & è buono contra i veneni.

Fà ostruptione genera ventosità, dà grosso *Documenti.*
nutrimento, tardi si digerisce, & non è troppo
amico dello stomaco.

Vsandosi non per cibo, mà per cōdimento, *Rimedio.*
& seco sempre si ponga pepe, ò altre cose aro-
matiche d'inuerno.

E caldo nel secondo grado, & humido tem- *Gradi.*
peratamente.

Ogni volta, che sia per condimento de' ci- *Tempi, Età,*
bi, conferisce ad ogni età, & ad ogni compless- *Complexioni.*
ione, in tutti i tempi dell'anno, e massime nel-
l'inverno.

Il mosto cotto volgarmente detto Sapa se si fa di
vin negro, nutrice molto, genera nutrimento grosso,
mà consuma, e lena i catarri del petto. Quando si fa
di vin bianco diventa più sottile di sostanza, e molli-
fica più il petto, e moue ancora più il corpo. La Sa-
pa è di grossa sostanza, mà posta in empiastri fatti di
emola, e sale, mitiga i dolori gagliardamente; fà
grande opilatione nel fegato, e nella milza sì per es-
ser dolce, come anco per esser grossa; però quei che
sono opilati, la deuono lasciare in tutto, e per tutto,
uero usarla in poca quantità.

Oltra l'uso del vino cotto dà' Chirurgici per miti-
gare

444 *REGOLE DELLA SANITA:*

gare i dolori delle parti esteriori: è ancora spesso usato da' Medici nelle parti interiori, messo ne' cristieri fatti contra i dolor colici, renali, & matricali, percid che risolve più presto i dolori, che non fa il vino, come recita Galeno al terzo delle compositioni de' medicamenti secondo i luoghi, cap. 6. Oue parlando de i liquori, che conuengono à dissoluer' vnguenti, dice. Liqueor verò quo hæc diluuntur ex multo Sapa fit, multo enim, magisq; dulcia vina dolorem sedat. Et al 7. Mustum igitur coctum hoc est Sapa, lenissimum est pharmacum.

DELLA NOCE. Cap. LVIII.

*Noce fresca.
Qualità.*

Virtù.

LA noce fresca, è humida, & la secca è calda nel terzo, & secca nel primo, & quanto più s'invecchia, tanto più perde la sua humidità, & alcuna volta s'invecchia tanto, che perde la natura del cibo. È di difficile digestione, e nuoce allo stomaco caldo; perche subito si conuertere in humori colerici, facendo adustione, & eleuando i fiumi al capo, induce dolore à esso, & caligine alli occhi. La noce graua la lingua, & induce impedimento alla loquella, consumando l'humidità oleaginea, che ne' muscoli della lingua, come hanno prouato molti, che dicono l'officio nel tempo quadragesimale. Nuoce alla superficie della bocca, & alla tosse calda. Il suo oglio nuoce alle giointure, nondimeno la noce gioua allo stomaco freddo, & à quelli è di buono nutrimento, e di buona digestione, e propriamente fresca, e condita con mele, gioua

REGOLE DELLA SANITA. 445

ua alle reni freddi. La noce pistata, e fritta douenta stitica, & gioua al flusso del ventre. La noce co'l fico, & ruda, è lodabil medicina contra ogni veneno, & l'vso suo in tempo pestilente, piglia à la mattina, à stomaco gieguno, s'è trouato per longo esperimento, esser cosa saluberrima. Si può rimuouer il nocumento dalle noci secche, contondendo, e facendo qualche fissura alla scorza di fuori, & indi macerarle per vna notte nell'acqua calda, & così si rimolliscono, & diuentano quasi fresche, & indi come verdi, saranno più saporite, & ancora faranno quasi senza nocumento.

Modo per rimuouer il loro nocumento.

ANNOTATIONI.

LE noci sono vsatissime nel Piemonte, & le fresche, ò accomodate, come dice l'Autore, sono acetate alle tauole de' grandi, & è cibo desiderato da S. A. Sereniss. di Savoia. L'altre sono poi usate per companatico de' rustici, per l'inuerno, & oglio s'vsa per le viuande. Si deue schifar l'oglio delle noci cattive, & rancide, & quello cauato dalla seconda espressione; perche nuoce alle fauci, & allo stomaco, & infiamma. L'oglio di noce è buono per i dolori colici, & matricali posto ne' clysteri: le condite col zuccaro, ò mele giouano allo stomaco, aiutano la digestione, e giouano à dolori colici, e matricali. Il sugo della prima scorza verde, fatto ne' giorcaniculari, & cotto co'l mele, è buono alla squintia, & altri mali del gorgolione, & aspera arteria: vedi il diacarion di Mesuë. L'acqua destillata gioua nel tempo di peste, aggiuntoui vn poco d'ace-

d'aceto doue v'è calore. S'è ancor offeruato, che il melle aëro casta più tosto su le foglie dell'arbor delle noci, che sopra gl'altri vicini à lei.

PISANEL

LI.

Lezione.

Che siano grandi, lunghe, mature, e che facilmente si mondino, e sopra tutto, che siano fresche, e non corrotte dentro.

Giuamenti.

Sciogliono i denti, che sono stupefatti, e mangiate con fichi, ruta, e mandole, preseruano da' veleni mortiferi, & ammazzano i vermi del corpo.

Nocumenti.

Nuocono alla gola, alla lingua, & al palato, quando se ne mangia assai, e massime secche, le quali nucono alla tosse, e fanno dolere la testa.

Rimedia.

Mangiandole fredde, e che siano state infuse nel buon vino, & in poca quantità, & vn poco d'aglio gli leua ogni nocumento.

Gradi.

Le secche sono calde nel terzo grado, e secche nel principio del secondo, le verdi hanno molta humidità, e poco calore.

Tempi, Età,

Complezioni.

Sono buone l'inverno, e per i vecchi, purché non patiscino strettezza di petto, & ài flemmatici, e melanconici.

Le noci si chiamano da' Latini *Iuglandes*, che vuol dir Ghiande di Giove; perche ne' primi tempi del mondo essendo gli huomini vsi al commun cibo delle ghiandi, e ritrouando poi le noci esser molto più dolci, e più grate al gusto, le chiamarono per eccellenza Ghiande di Giove. Le noci con l'inuechiare perdono l'humidità; la fresca è di minor nocumento; però se se ne mangia assai, fa crudità, doglia di testa, verrigine, e sete. Con roce. Cipolla, e sale si fa vn impiastro contra il morso del Cane rabbioso. La noce

quanto

REGOLE DELLA SANITA. 447

quanto più inuechia, tanto più fa oglio, ma la vecchia, e la fresca sono causa di generar la tosse. Il documento delle vecchie si leua co'l farle star per vna notte nell'acqua calda, e poi mondarle. Quelle, che si condiscono co'l zuccaro, o co't Mele, diuentano ottime per vsare ne' tempi molto freddi per scaldar lo stomaco.

Della noce si fa vn mitridato eccellente contra a peste, con due noci vecchie, tre fichi, & vinti foglie di ruta, con vn grano di sale. Se quel di proprio, che qualche vno sarà stato morso da can rabbioso, metterà su'l luogo oue sarà stato morso, vna noce vecchia ben pestata, poi la leuerà, & la gittarà a vn pollo, se la mangia, & non muore, è segno, che'l cane non era rabbioso, ma se muore, mostra bene, che sia arabiato, & perciò bisogna fra tre dì prouedere al male. L'acqua di foglie di noci stillata circa il dì di Maggio, vale à seccare, ristregere, & sanar piaghe, lauandole mattina, & sera con quella, & mettendoui vn panno di lino bagnato sopra. Così testà Brunsvicense. La noce masticata con salina, & messa sopra vna ferita, ristagna il sangue presto. Le radici di noci stillate, fanno vn'acqua molto stringente, & della scorza si suol comporre vn medicamento contra la squinantia, chiamato dyacarion, al porta gran giouamento. Dicono i naturali, che la scorza di mezzo della noce, cioè, quella, ch'è a vn spigo, & l'altro poluerizzata, & data à be- con acqua di scabiosa ad vn pleuritico, lo sana in gran prestezza.

DEL-

DELLA NESPOLA. Cap. LIX.

Nespola.

Virtù.

LA Nespola è fredda, e secca in primo appertiene più tosto à vso di medicina, che per alimento: conforta lo stomaco, reprime il vomito, prouoca l'vrina, & è di picciol, come ancor di grosso nutrimento: sono più stittiche, che le sorbe.

ANNOTATIONI.

IN Francia mangiano le nespole fritte co'l butiro, come ancor fanno molti in Piemonte. Le più lodate sono le grosse, e ben maturi nel fin dell'Autunno. Le azarole chiamate mespila Aronia, da Latini sono nel numero delle nespole; mà queste si mangiano crude, quando sono mature, & sono più acetose de' mespili, & più delicate.

Sorbe.

Griselle.

Le groselle dette da Piemontesi griselle, si mangiano immature dalle donne grauide, & sono di sapor acerbo, & astringente: seruono in luogo d'vua d'agresta, & se ne fa sugo per condimenti: astringe, & è freddo, & secco nel secondo ordine, & si mette ne' sughi di carne, che si fanno à gl'amalazzati febricitanti. Incitano le griselle l'appetito, contemperano la colera, raffreddano lo stomaco: conferiscono al flusso del vètre: stringono il sangue: applicate di fuori giouano all'erisipelle, & sedano l'altre infiammazioni. Quando si maturano douentano dolci, & sono corrutibili, & sono cibo da donne grauide. Il sugo ancora si conserva cotto, & condensato; per vso di tutto l'anno.

L'vua

REGOLE DELLA SANITA. 449

L'vua detta transmarina, da speciali domandata *Vua transma*
Ribes, si mangia matura, se ne fa vino, utile a fe- *rina.*

bricitanti di febre acuta, per estinguer la sete, &
perciò si condiscono da speciali, & se ne fa Rob,
qual quieta la nausea, & il vomito, & è buono à
flussi del corpo, mitiga la colera, & il feruor del san-
gue. Dicono che si deuono lodar sommamente, quei
speciali, che ne fanno vino, per l'uso di questi mali.

Vi sono poi le griselle negre, chiamate da specia- *Griselle.*
li Francesi. Ribes niger, & dal volgo Pourier, &
Grosolier noir, & da Parisiani olier, & si metto-
none' condimenti, come le prime griselle.

Il Ribes de gl' Arabi, è cosa in tutto differente,
dal nostro volgare. Il Rauuoifio Agostano, dice che
nasce nel monte Libano, & che il frutto è di sapor
acido, & hà le virtù dell'vua transmarina.

Nasce ancora ne gl' Alpi, l'vua dell' orso, qual è *Vua dell' orso*
di sapor austero, & è astringente. Nasce questa ne
gl' Alpi, vicino à torrenti arenosi; & massime nelle
uali d' Ambruno.

L' Anguillara scrìue, che il frutto dell' acuta spi- *Acuta spina.*
na, quādo è maturo, ch' è dolce, & si chiama da Pie-
montesi Bozollino, & detto frutto muoue il corpo,
& i menstrui alle Donne. Mi ricordo, che stando in
Polonghera dell' Anno 1598. che le Donne ne face-
uano oglio come se ne fa dell' oliue, & è temperato: i
roueri gli mägiano nel fine dell' Autōno, come ancor
frutti delle rose seluatiche, de quali ne fa mentione
Galeno nel libro de alimentorum facultatibus.

Il fior di questa pianta, hà forza di corromper i
refei.

Del frutto del berberi, detto crespino, da Italiani, *Berberi,*
& da Piemontesi spinard. Se ne fa sugo, e pistan-

F f doli

doli si macera nell'acqua calda, & si lascia bollir fino, che sia purgato, & ne fanno vino buono al calor del fegato: & aggiogendoui nel sugo, zuccaro è buonissimo alle febrì maligne, & pestilenti: & gioua à quel che habbiamo detto del Ribes. Si condisce col' zuccaro, per estinguer la sere, per incitar l'appetito perso. Il suo sugo si mette per condimento ne' cibi de febricitanti.

Nespole.

Le sorbe, come ancora le nespole, non sono buone, eccetto maturate nella paglia l'inuerno. De tutti questi due se ne fa condimento eccellentissimo, per i flussi hemorroidali, & muliebri, & sono utili per astringere. Il nucleo del mespillo dato alla misura d'un cucchiaro, co' l brodo di ceci rossi, gioua à dolori renali, & scaccia le renelle. Galeno dice, che non sono utili, se non per uso di medicina.

Sorbi.

Finis del se-
me.

Nespole.

PISANEL
LI.

Elezione.

Giouamensi

Che siano grosse, che habbiano assai polpa, e gli ossi piccoli, che siano ben maturate, ò nella paglia, ò attaccate all'aria.

Preseruaño dalla imbroiacchezza, stagnano il flusso, sono aggradeuoli allo stomaco, & particolarmente fermano il vomito.

Documenti.

Tardi si digeriscono, & esse impediscono la digestione delle altre cose: & mangiandone molto, aggrauano lo stomaco.

Rimedio.

Mangiandoci appresso i Penidij, ò verò il Zuccaro violato, ò verò il zuccaro caldo, ò verò la Regolitia, ò altre cose pettorali.

Gradi.

Tempi, Età,

Complexioni.

Sono fredde, e secche nel primo grado.

Sono buone nel tempo dell'Inuerno, per i giovani, e per i colerici, & per quei, che hanno buon stomaco.

Dio coride pone due specie di Nespole: la prima chiama

REGOLE DELLA SANITA. 45

chiamaegli Aronia, quali (dice) sono soavi al gusto, & hanno dentro di se tre ossi: questa specie è chiamata da gli Arabi Zaror, e da noi Azzarole, le quali sono aggradeuoli al gusto, e massime alle donne grauide, per cioche non solo piacciono molto alloro appetito, ma anco per esser di sapor brusco; gli leuano la nausea, qual sogliono patire, e si condiscono ancora co'l zuccaro, come cibo delicatissimo. L'altra specie di Nespoli, sono le nostri communi, e ro'gari, quali non sono cosi grate, come le Azzarole, ne hanno dentro di se tre ossi; come ha il frutto delle azzarole, che però è detto Tricoco, ma cinque. Le communi Nespoli seruono più per medicina, che per cibo; stringono il corpo, fermano il vomito, e'l flusso, ma prouocano l'urina. Anzi i suoi nocciuoli poluerizzati, e beuuti con vin bianco, oue siano state cotte le radici del petrosello, mirabilmente cacciano le pietre delle reni. Si maturano tardi, e sono astrigenti le frondi, i fiori, & i frutti.

Bisogna mangiar de' Nespoli parcamente, non come cibo, ma come medicina, per esser molto costretti. i, & scriuono i Medici, per cosa sicura, che la polpa, & l'ossa de' Nespoli separate, o insieme, secche, poluerizzate, & beuute con vino bianco, sminuisciono, & rompono il calcolo, cosi delle reni, come della vescica.

PISANEL
LI.

Che siano grosse, odorifere, ben mature, senza corruttione: e che per qualche tempo siano state appese, o conseruate nella paglia.

Mangiandosi auanti pasto stagnano il flusso, & stringe la loro decottione la natura delle donne, e fanno buon fiato quando si mangiano dopo pasto.

Ff 2

Tar-

Nocumenti.

Tardano alquanto la digestione, aggrauano lo stomaco à chi ne mangia molte, e generano humori grossi.

Rimedio.

Mangiandosi appresso di quelle il fauo, come volgarmente si dice la Bresca del Mele.

Gradi.

Sono fredde nel primo grado, & secche nel terzo.

Tempi, Età,

CompleSSIONi Sono buone l'Autunno, e l'Inuerno per quei, che sono calidi è giouani, pur che ne mangino poche.

Le Sorbe così domestiche, come seluagge, sono tutte riposte trà i medicamenti costrettiui; e però lo da Galeno, che non s'adoprina per nutrimento, poichè ne danno poco, grosso, e melanconico: mà si bene per medicamento, doue bisogna gagliardamente astringere. Le Sorbe sanano il souerchio vomito, e confortano lo stomaco, quando si mangiano in poca quantità, fanno vn perfetto fiato di bocca, e giouano ad ogni flusso. Si hanno da mangiare dopò pasto, e non auanti, come anco tutte le cose, che stringono, mà in poca quantità, perche impedirebbero la digestione. Mà se alcuno hauesse intentione di ristringere il corpo, potrà vsarle auanti pasto.

Delle Sorbe non occorre scriuerne di più, che n'hà scritto il Pisanelli, poichè non è di grand'uso il detto frutto, ne si leggono gran virtù di quello, saluo quanto esso hà scritto, che tutto si contiene in questo verso.

Sorba sumus molles nimiū durantia vētres.

Vna spina.

Vn legno di sorbe posto nel vino, lo fa diuentar PISANEL aceto, & s'è posto nell'aceto, lo rende assai più forte.

LI.**Electioni.**

Che sia domestica, e verde, & che non sia troppo matura, perche all'hora perde il colore, & il sapore acetoso, e diuenta gialla, e dolce.

E otti.

REGOLE DELLA SANITA. 453

E ottima cotta nelle minestre, per quei che *Giouamensi*,
hanno la febre acuta, & conserua mirabil-
mente le donne grauide, & fa venire appe-
tito.

Nuoce alli melanconici, inasprisce lo sto- *Nocuenti*,
maco, & lo aggraua se si mangia cruda, e ren-
de il corpo stitico à chi la frequenta.

Mangiasi ben cotta nel brodo di buona car *Rimedio*,
ne in compagnia del petrosello: che cosi per-
de ogni asprezza, & ogni difetto.

E fredda nel primo grado, & humida nel se- *Gradi*,
condo.

E buona ne' tempi molto caldi per i gioua- *Tempi, Età,*
ni, & per quelli, che sono di complessione co- *Complezioni*,
erica, & sanguigna, mà cattiuu per li stomachi
deboli.

L'vua Spina, ouero Cresspina, ò vua Marina non
è conosciuta da gl'antichi, e se ne troua d. domestica,
di seluatica: l'vna e l'altra hà i rami spinosi, i fiori
bianchi, fa i frutti nò in grappoli, mà separatamēte. Il
sugo è vinoso, & brusco, mētre che'l frutto è acer-
bo: onde è ottimo per condimento delle minestre, &
guazzetti. Mà quando egli si fa maturo, diuen-
te gialdello, & dolce. Si coglie questo frutto per
uso de' cibi, mentre, ch'egli è verde, & acerbo: per-
che co'l suo sapore brusco dà molta gratia à i guaz-
etti, à i brodetti, & à gl'intingoli: caua la sete, &
morza la colera delle febri ardenti; quando è ma-
turo muta sapore. In luogo dell'agresto è molto in-
uso comunemente: & fa grande resistenza alla
putrefattione: onde nelle febri pestilentiali, & nella
este istessa è medicina, & cibo singolare, perche
difende dalla corruzione di tutti i membri principa-

454 REGOLE DELLA SANITA.

li. & particolarmente i vitali, & i naturali. Dell'istessa natura è il volgare Ribes, che fa i grani rossi.

Dell'vua spina, ò sian Griselle, oltre quello, che ne scrue il Pisanelli, non si può dir' altro, se non che le sue grane acerbe si condiranno con zuccaro, & si daranno à mangiar' à coloro, che patiscono flussi stomacali, & dysenterie, & alli sputi di sangue, &

Dell'vua ol-
tra mare. portaranno loro gran giouamento.

Hauendo di sopra fatto mentione del ribes, chiamato cosi volgarmente da i Spetiali, ancora che non sia questo ribes quello de gli Arabi, chiamato da alcuni vua dell'orso, è però vtile à molte cose, alle quali habbiamo detto essere vtile l'vua spina, cioè, alle calidità dello stomaco, à smorzare la sete, à stagnare i flussi colerici, & spegnere il furor della colera, però vengono ad essere commendati quei spetiali, che ne serbano anno per anno per tali difetti il vino, la geladina, & il loro syropo.

DEL NASTURCIO. Cap. LX.

Nasturcio.

Qualità.
Virtù.



Asturcio è vna herba, la quale vfa-
no in salaturie, & ciò di rado, &
volgarmente, si chiama agreto, è
caldo, e secco nel terzo. La sua vir-
tù è quasi simile all'eruca. Il suo vso è meglio
nell'inuerno, che nell'estate, & se ne deue man-
giar in poca quantità. Gioua alle Donne par-
turienti, mondifica il polmone da humori cru-
di, inducel'appetito, benchè mordichi alquã-
to lo stomaco, riscalda il fegato, & essicca la
milza, ammazza li vermi. Beuto gioua alla
pontura d'animali venenosi, & impiastro an-

cori

REGOLE DELLA SANITA. 455
cora con mele, fa il simile: il suo profumo scaccia gl'animali venenosi.

ANNOTATIONI.

IL Nasturcio, è più tosto per uso di medicina, che per cibo, & specialmente il suo seme, il quale ha quasi l'istesse facultà della senapa: giona all'asma-
tici, s'usa nell'insalate. Seme.

Il simile dicono, che fa il seme della draba, & thlaspio. Drab, & Thlaspio.

Mangiansi ancora le foglie, e fiori del Nasturcio d'India, & è più delicato dell'altro, & ha l'istesse facultà.

O L I V E. Cap. LXI.



Oliues s'vsano per nutrimento, quã. L'oline.
do si condiscono, pigliano la virtù
del fenocchio, & dell'altre cose, cõ Virtù.
le quali si condiscono: sono di difficile
digestione, & di picciolo nutrimento, generan humori grossi, & stitici; rimuoueno l'abominazione dello stomaco, incitano l'appetito, confortando lo stomaco, inducono buono odore alla bocca. Mangiandole dopò al cibo impediscono, che non ascendano li fumi alla testa. Mangiate in mezzo al pasto, corroborano maggiormente l'appetito. Galeno lo-
la grandemente l'olue riposte con l'aceto, per
ccitar l'appetito.

ANNOTATIONI.

Virgilio.

Virgilio fa tre sorti d'olue.
 Nec pingues vnā in faciem vertuntur
 oliuæ.

Orchites, & radij, & amara pausia bacca.

Il Mathiolo ancora ne fa di tre specie: cioè quelle che sono prodotte dell'oluo picciolo, quali si condiscono per mangiarle, le seconde sono picciole quali vengono da gl'olui grandi chiamati oleastri copiosi nel Regno di Napoli, & le terze sono de gl'olui, quali nascono spontaneamente.

Columella.

Columella ne fa di dieci specie. In Africa si ritrovano olue, che senza condirle si mangiano, come ancora in Portogalo in vn luogo demandato da Plinio Emerita.

In Piemonte si portano à noi quelle di Spagna grosse, & sono le più saporite, & sono di maggior prezzo. Appresso à queste sono lodate quelle d'Oneglia grosse dette Colombaie, la cui voce deriva dal Latino Colymbades, quasi natatrici, perchè natano nella Salamuoia. Portano poi le picciole, tonde, gialde, saporite, le quali essendo fresche sono utili allo stomaco; mà tardi discendono: le negre, et mature sono facili à corrompersi, & inimiche allo stomaco, & à gli occhi: muoueno dolor di testa.

Appresso à queste sono lodate le Comasche grosse, e verdi: saporite ancora sono le piccoline verdi di Nizza, & dell'Astegiana, quali s'acconciano ancora senza l'osso, & hanno poca carne, & queste sono tutte le specie, che si portano in Piemonte. Si biasmano quelle che da loro cascano da gl'alberi,

com:

come ancora quelle adolcite con la calcina.

L'oliua acconcia con la salmuria, & mangiata inanti al pasto, incita l'appetito, & tiene il corpo lubrico; per la sua oleagienosità, & ancora per il sale; che irrita la facoltà espultrice. Le più celebri sono quelle di Spagna, & le Colombade dette colombaye della vale d'Oneglia. Quelle di Spagna sono più difficili à digerire, & similmente quelle di Genova. Appresso à queste lodano quelle, che sono mediocri, & tonde: le manco buone sono le piccoline verdi, & quelle che cascano da gl'arberi sono dannate, come ancora quelle, che sono dolcite nella calcina.

Che siano ben condite, e nate in luoghi apri chi, grosse, come le Bolognesi, che per essere inutili à far oglio, si acconciano in salamuoia, e diuentano più saporite.

PISANEL.
LI.
Electione.

Tagliano la flemma nello stomaco, e fanno venire appetito, e la loro salamuoia, lauandola si la bocca, stringe le gingiue, e ferma i deti smossi.

Giuuamenti.

Fanno doler la testa, ouero la grauano, quando se ne mangia assai, massime le salate, e fanno venir le vigilie.

Notamenti.

Si mangiano quelle, che sono condite con l'aceto, e non co'l sale, c'habbiano la loro natural verdezza, e c'habbiano buona conciatu-
ra, in mezzo dell'altre viuande.

Rimedia.

Le salate sono calde nel secondo grado, mà l'altre temperatamente, & hanno vn poco di virtù astringente, & corroborante.

Gradi.

Sono buone ne' tempi freddi, à tutte l'età, e complessioni quelle, che sono condite con aceto, o salamuoia, mà non salate.

Tempi, Età,
Compleffione.

Le

Le Oline seluatiche, se bene sono minori, sono però più saporite, che le domestiche; ilche ci hanno insegnato gli uccelli, che lasciano queste per quelle. Se ne trouano tre specie, mà le maggiori sono quelle grosse, che à fatto sono inutili à far oglio. Conciansi con salamuia, e dentro vi si pongono gambi di finocchio, e poi si portano in paesi lontani. Quelle, che vengono di Spagna sono veramente grosse, più che in Italia, mà la nostra concitura, massime di Bologna è senza pari, e molto migliore; perche oltra che quelle hanno sapore di cuoio, sono ancora gialle, e bruttissime da vedere, e le nostre hanno la verdezza naturale, come se fossero all'hora colte dall'albero. l'Oline danno poco nutrimento, e tardi si digeriscono. Le salate tagliano la flemma, e sollevano l'appetito, mà infiammano il sangue per l'acqueria acquistata dal sale. Quelle, che si conseruano nell'aceto, smorzano la colera, fermano il vomito, e sono à fatto migliori.

Si troua nell'Vliuo vna virtù molto astringente, perche la decottione delle sue foglie in vn crestiero, ferma il flusso del corpo, & il sugo spremuto delle sue foglie con vn bianco, & acqua piovana, restringe ogni sorte di flusso di sangue. Il liquor, che si distilla dal leg o verde dell'vliuo acceso, guarisce le crepature delle mani, croste, mule, & regna.

Il modo d'acconciar l'oline frà poco tempo, & che restino verdi. Bisogna pigliar di calcina vna crebbiara libre sei, & dissoluerla con l'acqua, sino, che sia ridotta à modo di polenta, ò sia sapon liquido, & dipoi vi si aggiungino dodici libre di cenere di quercia ben criuellata, & poi tanta acqua, che basti per dissoluerla la detta cenere, nella quale si potrà
mettere

REGOLE DELLA SANITA. 459

mettere à mollo vn rubbo d'olue verdi per otto hore continue, mescolandole leggiermente cō vn legno, poi passate le otto, ò dieci hore, si leuaranno da quella liscia, & si lauaranno bene nell'acqua fresca, & chiara, nella qual si lasciaranno in mollo cinque, ò sei giorni, mutandoni l'acqua fresca ogni giorno, & poi leuarle, & hauer della salamuoa, nella qual si sarà fatto bollire alcuni rami di finocchio, & con quella si condiranno, & se frà qualche giorni la salamuoa si farà negra, si mutarà, & poi si mangiaranno.

DELL'OGGIO. Cap. LXII.

L'Oglio d'olue, alcuno è d'olue nō ^{Oglio omfacino.} mature espresso, chiamato omphacino, & è freddo, e secco nel principio: l'altro è d'olue mature, qual ^{Oglio d'olue mature.} abbiamo più in vso, & è quasi temperato; mà ^{Oglio antico.} declina alla calidità, & humidità. Quando il commun oglio s'inuecchia, è di virtù calidissima, & perde l'habilita del condimento, & se l'omfacino s'inuecchia douēta simile all'oglio commune, & benchè l'oglio omfacino sij più ^{Virtù.} saporoso, è confortatiuo; mà pure l'oglio commune assolutamente è migliore. Ogni specie d'oglio conforta il corpo; mà l'omfacino per ch'è stitico, è più saporito, & gioua più allo stomaco. Beuuto alla quantità d'vn bicchiero, à stomaco gieggiuno, amazza li vermi, & li scaccia fuori del corpo. Dopò l'hauer preso il veleno, si deue beuer mescolato insieme con l'acqua calda, & indi incitar il vomito; impedisce la malitia del veleno.

ANNO.

ANNOTATIONI.

Oglio semplice
cemente pro-
ferito.

Uso.
Anibale.

Oneglia.

Elezione.

Oglio onfaci-
no.

Gallina.

Per l'oglio commune, si deue intender l'oglio d'oliue, il quale ne' sacrifici, è sempre stato celebre, tanto da gl' Antichi Hebrei, come dalli sacerdoti Aegyptij, & dalla Chiesa nostra. Con l'oglio si vntauano i Rè, & è deffensor della vita nostra: la onde dicono, che Anibale passando le gelide Alpi, s'ontaua tutto d'oglio, per diffendersi dal horrido freddo, & quel filosofo domandato, come hauesse viuuto tanto tempo sano, disse intus melle, & foris oleo. E salutifero per i corpi humani, necessario per li tempi, & utile per le case, & artefici.

Il più celebre de tutti, massime nel Piemonte, è quello della vale d'Oneglia, limpido, chiaro, & di buon sapore. Si loda quel ch'è d'vno, ò due anni: & si biasma quel fatto di oliue stentate, & quando hà qualche mal odore, come anco il ricotto, ò sia secondo.

L'oglio onfacino, si fà d'oliue, che non sono ancor in compita maturità; perche le verdi fanno più rosto si go, che oglio. L'oglio piglia in se tutte le virtù delli semplici, che se gl'infondono, & cuoceno dentro; per essere temperato.

In Piemonte s'vsa assai quel di note regie; mà solo da gregarij: come in Lombardia, quel di lino: quel d'amandole per medicina: & quel di sesamo in qualche parte d'Italia.

Erà le molte virtù, ch'egli possiede massime in nutrire il corpo, hà ancora q̃ste, che ingrassa, fà crescere il caore naturale, & insieme fortifica la sostanza del fegato. Oltra di ciò scrive Galeno, ch'i pesci,



REGOLE DELLA SANITA. 461

Et la carne vnti prima d'oglio, auanti che si mettano à rostire, sono migliori, Et di più piaceuol gusto. Forse perche l'oglio serrando i meati della pelle esteriore de' pesci, ò della carne, fa, che si concentrino dentro l'humidità loro naturale, Et non s'abbruggi dal fuoco, onde sono più teneri, Et più gustuoli.

DELL'ORZO. Cap. LXIII.



Orzo è freddo, e secco nel principio, & il suo farro, & il suo pane, sono di minor nutrimento, che quello di formento, ò vero d'albesi: è di facile digestione, è astringente, & refrigeratiuo: la sua farina è di stitica virtù. Gioua à quelli che sono di calda complessione, & torefato, è utile alli tormini del ventre, causati da flatuosità.

Orzo.
Farro.
Pane ..
Virtù.
Farina.

ANNOTATIONI.

L'Orzo s'usa in Piemonte, più tosto per uso d'infirmi, che per farne pane, benché nelle nostre Alpi molti l'usano per cibo ordinario. L'acqua cotta co'l orzo refrigera, Et deterge: specialmente fatta co'l orzo non scorticato. La orzata si fa dell'orzo cotto sino alla crepatura, gettando via la prima acqua, Et indi cuocendolo nella seconda, Et poi si piglia benissimo, passandolo poi per tamiso, Et così di nuovo si cuoce co'l brodo di carne, à giusta consistenza: aggiungendoui hor semi comuni freddi, Et tal volta amandole, Et zuccaro, Et altri vi aggiungono vn poco d'aceto, acciò non si corrompa nello stomaco

Orzo.
Alpi.
Acqua cotta.
Orzata.

462 REGOLE DELLA SANITA.

Gimnacrison. maco; Così si fa ancora co'l orzo scorticato, chiamato Gimnocryton; detto dal Benzo farro d'orzo, & questo nutrisce maggiormente; ma non è così deterfuo. L'altro si fa della farina sua; ma è viuanda più emplastica, & più difficile à digerirsi; perciò non è così loata, eccetto ne' fluori del ventre, ne' quali ancora l'orzata, si deuè all'hora far con l'orzo prima torrefatto, & cotto nell'acqua calibeata.

*Orzata per i
fluori.*

Gionua l'orzo alla tosse, à gl'affetti del petto, & polmone, alle acute febri, non graua lo stomaco, & è molto utile alle Donne per promocarli il latte, e fa ritornar il già perso e beuuto cotto, prima con semi di fenocchio. Fassi della farina, e sale, biacca, e di mele vnguento per la roga molto sicuro: l'acqua di tutta la pianta distillata nel fin del mese di Maggio stillata nell'occhio disicca l'humidità superflua, e chiarisce la vista, e vale à tutti i suoi affetti.

DELL'VOUA. Cap. LXIV.

L'voua.

Bianco.

Rosso.

Virtù.

LVoua sono quasi temperate, & hanno vicinità, ò similitudine con l'humana natura; se ben che il bianco declina alla frigidità, & il rosso alla calidità. Il bianco è vn poco più duro, & tardo al digerirsi, del vitelletto; cioè rossume. L'voua confortano molto il corpo, essendo tolte da lodabili ucelli: come da gallina, starna, & fasano, & d'animali simili: sono di facilissima digestione, & dolcemente si transmutano in sangue, & trà tutti i cibi pochissima superfluità d'elli si sequestra; generan sangue, conforme à quello

REGOLE DELLA SANITA. 463

quello che nutrice il cuore; cioè sottile, chiaro, qual subito se ne v'è al cuore, & perciò sono più conuenienti sopra tutti gl'altri alimenti, buoni alla resolutione de' spiriti, & diminution del sangue cordiale, & h' spirituale. Souengono all'asperità del petto, alla tosse, alla pleuresia, & alla raucità etica della voce, alla strettura del petto, al sputo del sangue.

Se sono cotte nell'aceto, con la loro scorza, *Oni duri.* fino che s'induriscano, douentano stitiche, & stringono il ventre.

I rossi dell'voua giouano all'ardor dell'ori- *Rossi dell'voua.* na, alla esulceration delle reni, & della vesicca, propriamente sorbiti crudi: tutte l'voua augmentano il coito, & restaurano la natura debilitata; per il suo troppo vso.

L'vso dell'voua ricerca, che'l stomaco sia *Vso dell'voua* mondificato, da mali humori; perche per la loro tenerissima sostanza, se ritrouano humori caldi, & si corrompano, si conuertono in colera putrida, & se ritrouano nello stomaco humori freddi, s'inacetiscono: come habbiamo detto di sopra dell'vso del latte: oltre di ciò, l'voua pigliano diuersità di natura, è bontà in molti, & diuersi modi; De gl'uccelli predetti, sono migliori ancora l'voua, quando sono sani, & di buona gioventù, & grassi, & specialmente essendo nutriti di buone cose, come è di miglio, formento, panico, & cose simili; poiche noi veggiamo, che l'voua delle galline, che si nutriscono d'herbe, hauer l'odor, & sapor dell'herbe, con le quali si nutriscono, & tali esser cattiui.

L'voua

Bontà dell'oua.

L'oua non solo di gallina, mà d'altri uccelli, quali non sono calcati da loro mascoli, d'Aristotile sono chiamati voui da vento; perche non sono prolifiche, & sono di minor bontà, che l'oua delli uccelli, che sottogiaceano alli suoi mascoli, & che sono prolifiche, cioè che generano; perche per la naturale calidità della semenza de maschi, si rendono l'oua di miglior sostanza, & di più lodabile nutrimento, & di più facile digestione.

Oua di mal nutrimento.

Le oua d'anedra, d'occa, di pauone, del struzzo, & di simili uccelli, sono di mal nutrimento, hanno graue odore, & fanno fastidio allo stomaco.

Oua fresche.

L'oua fresche sono migliori, & quanto di giorno, in giorno si vano conseruando, vano acquistando maggior malitia, & minor bontà.

Oua, come s'alterano.

Ancora l'oua per il diuerso, e vario artificio di prepararli, acquistano diuersa bontà, & malitia.

Cottura dell'oua.

L'oua si deuono temperatamente cuocer, che siano teneri, & forbili; perche cotte troppo, ò à durezza, che non si possano forbire, sino alla durezza, sono di dura digestione, & generan mali humori.

In cinque modi, si alterano l'oua.

L'oua in cinque modi diuersificano la loro qualità: per le varie preparationi; perche l'oua ò che si allestano, ò che si rostiscono, ò che si frigono, ò che si mettono in tortelli, ò che si mettono in brodetti.

Lodata preparatione.

Il miglior modo de tutti di prepararli, s'è arrostitirle con la scorza, à fuoco lento, ò allestirli nell'acqua; mà gl'auttori molto lodano l'oua

REGOLE DELLA SANITA. 465

L'voua rote, & cotte nell'acqua, & così si chiamano voua perdute; perche il calor dell'acqua depura la superfluità dell'voua, come appare per la spuma, & ancora meglio si esalano li vapori dell'voua senza scorza, & cōdendoli massimamēte con buone spetie, che li conferiscono buona virtù. Dopò queste sono l'voua elisfate nell'acqua, con la loro scorza integra, come sono; perche l'acqua nel cuocerli, conserva la loro humidità naturale; cōciosiache l'humidità dell'acqua repugni alla essiccation del fuoco. Dopò queste sono le rostite con tutta la scorza, & siano vn poco discoperte dalle ceneri, accioche l'esalatione si faccia migliore, & le arrostate nella padella sono di minor bontà, & le peggior di tutte, sono le fritte; perche grauano lo stomaco, & tosto sono conuertibili in fumosità, in putredine, & mali humori, e colerici.

Voua cotte al lessò.

Voua rostite.

Quelle che si cuoceno in brodetti, ò tortelli, sono di mezzo trà l'affate, & fritte.

Brodetti, e tortelle.

Oltre di ciò l'voua cattive sono da fuggire, come dal veleno, & specialmente da quelli li quali, vi signoreggiano mali humori, & principalmente nello stomaco; perche noi veggiamo per esperienza, che per vna sola putredine d'vn'vouo, tutta vna vicinanza si contamina da tal fettore.

Voui putridi sono pessimi.

L'voua delle testudini confortano il ceruello; perciò giouano all'epilepsia; perche hanno virtù contro il mal caduco.

Voua de testudini.

ANNOTATIONI.

*Voui quei me-
gliori.*

Non è dubio, che le più celebri voua sono quel-
le di gallina, all'hora nati, & ch'habbiano il
maschio, & che si pigliano sorbilli, & à quelli che
hanno cattiuo stomaco, se gli leua il bianco, & si
sorbiscono co'l zuccaro poluerizzato, & vn poco di
sale; perche non si corrompano così facilmente.

Rossi d'voua.

De' rossi d'voue se ne fanno diuersità di viuande, che nutriscono molto, come quando si cuoceno co'l
latte, & zuccaro. Cotti co'l vino potente, zuccaro, &
cinamomo, è cibo di gran nutrimento, scalda, & è
buono per i vecchi: il simile le tortelle cotte in varie
forme, come fanno in cuocinari. L'voua co'l bian-
co sorbito, è temperato; perche il bianco con la sua
frigidità, corregge il calor del vitelleto.

*Vouo co'l sua
bianco.*

L'vouo beuuto co'l zuccaro, & acqua rosa, è buo-
no alli profluuij del ventre, & il simile cotto duro,
& mangiato con l'aceto rosato.

*Voui d'Ago-
sto.*

In Piemonte, si conseruano l'voua di gallina, del
mese d'Agosto per vn'anno, incorruttibili, & in al-
tri tempi non si conseruano tanto. Dell'voua d'al-
tri uccelli ne habbiamo trattato nel capo delle carni.

**PISANEL
LI.**

Electione.

Che siano di galline giouani; grasse, e che
siano calcate da i galli, e nate di fresco: perche
il lor calore è più forte, ilche si conosce dall'o-
dore, e dal sapore.

Giuuamenti.

Nutriscono presto, & molto, accrescono il
coito, e lo stimolano, giouano à tifici, allarga-
no il petto, stagnano lo sputo del sangue, e chia-
riscono la voce.

Nonimenti.

Tardano la digestion, s'appressò subito si
mangiano

REGOLE DELLA SANITA. 467

mangiano gli altri cibi, e fanno venire le lenti-
gini nella faccia.

Che si mangi solamente il rosso, trà l'voua, e
gli altri cibi si ponga qualche interuallo di
tempo. *Rimedio.*

Sono calde, & humide, mà temperatamente. *Gradi.*

Purche siano fresche, sono buone in ogni tē-
po, ad ogni età, & per ogni complessione. *Tempi, Età,
Complessioni.*

Non solo si lodano l'voua delle galline, mà anco
quelle delle pernici, e de' sagiani: l'vouo è vn'animale
in potenza, prodotto dalla superfluità di chi lo gene-
ra. La cui complessione è temperata, ancor ch'il
bianco habbia del freddo, e'l rosso del caldo, e tutti due
dell'humido. Nutriscono presto per la sottilità della
sua sostanza, e per il temperamento del suo liquore.
Nutriscono molto, perche tutta la loro sostanza mu-
tata s'assomiglia in tutto a' membri, per la confor-
mità c'hanno con la natura humana. Il biancho è
freddo, e di dura digestione, e però si deue buttar via:
se si crocono senza scorza, suffocate nell'acqua, sono
facili à digerire, come anco con la scorza mezzate cot-
te, per sorbire, dette Tremule, mà se saranno assai cot-
te, dette sorbili, non nutriscono così bene, ne così pre-
sto. Le dure generano la pietra nelle reni, e le frit-
te, e le arrostitte causano molti mali. L'voua non
fresche sono pessime.

De gli voua darò solo quest'auuertimento à chi fa
professione di mangiarne in quantità, che non perse-
ueri à mangiar voua colui, che hà lo stomaco mal net-
to da cattiuu humori, imperoche essendo gli voua di
sottilissima sostanza, & tenera, ritrouando humori
caldi, & abbondanti nello stomaco, facilmente si pu-
trefanno, souuertono lo stomaco, come dice Galeno al

468 REGOLE DELLA SANITA.

1. della ragion del viuere, & corrompendosi, causano poi mali effetti, & se truouano humori freddi, diuentano agri, & acidi.

La bontà, & malitia de gli voua, si toglie prima dalla lor natura, come quelli delle galline, & delle pernici, che sono migliori di quelle de gli altri vccelli. 2. dalla età, perche i freschi passano i vecchi in bontà. 3. dalla grossezza, perche i più piccoli s'approuano di miglior gusto, seguendo il verso. Regula Presbyteri iubet hoc pro lege teneri, Quod bona sint oua paruula, longa, noua. 4. dal tempo, che son fatti, perche quelli che son generati dalla congiuntione della Luna, sin' alla quintadecima, sono migliori. 5. dal modo del cuocerli, conciosia, che li cotti molli, & teneri da bere, & fatti cascar nell'acqua, sono più sani, che li duri, & fritti nella padella. 6. dalla lor sostanza, perche quelli che sono generati dalle galline, che non hanno gallo, chiamati voua subuentanea, non sono così buoni, come quelli, che hanno gallo.

Qui è da notare, che'l rosso dell' vouo per la sua sostanza sottile, e facile ad infiammarsi, & molto noerisce, d'onde vien negato da i medici nelle febri.

Fassi del rosso dell' vouo vn'oglio, che vale à leuar le cicatrici rimaste per le ferite, & insieme è buono per le donne, alle quali rende i capelli lunghi, & belli.

DEL PERSICO. Cap. LXV.

Persico.

Virtù.



Sono li persichi freddi nel secondo, & humidi nel primo. Li mali maturi tagliati, & essicati sono astringenti: mà quando sono maturi, e freschi velocemente si putrefanno, & si cōuertono.

REGOLE DELLA SANITA. 469

sono in humor flemmatico. Il suo troppo uso *Nonumens?*
prepara la febre quotidiana: le mature sono di
facile digestione, fanno il ventre humido, mul-
tiplicano l'vrina, e l'immature, & secche non
sono di buon nutrimento, & sono di dura di-
gestione, & stringono il ventre.

Quelle che sono ben mature, & hanno odor
aromatico, hanno virtù d'indur l'appetito,
& hanno special virtù, contro il fettor della
bocca, procedente dallo stomaco, & propria-
mente se il fettore sarà per humori colerici; per
la sua proprietà fanno buon odore alla bocca.

Le persiche, si deuono mangiare inanti pa-
sto, à stomaco gieggiuno, beuendo dopò essi
buon vino vecchio, odorifero, e puro; perche
presi dopò al cibo, subito si putrefanno, e
benche sij così: alcuni auttori concedono le
persiche dopò cena, in poca quantità, & prima
mondate, le fanno infondere prima in buono,
& puro vino; perche rinfrescano la bocca del-
lo stomaco, & li membri superiori, & special-
mente se la cena sarà stata di cose arrostate.

ANNOTATIONI.

Grandissima quantità, & varietà de persichi Diuersità de
sono nel Piemonte & circonuicini luoghi de' psichi in Pie-
quali inanti che siano ben maturi, si tagliano, & si monte.
fanno seccar al Sole, per l'uso di quadregesima, cot-
ti poi con vino, & zuccaro, o vero con vin cotto,
incitano l'appetito.

I più celebri sono i Toscani gialdi, odorati detti da *Quelli siano lo*
dati.
Ginlep.
Francesi myre-colons, de quali se ne fa il giulep, &
Gg 3 syro-

470 REGOLE DELLA SANITA.

syropo, come ancor il cōdito di persicata Genouese, se ben la maggior parte la facciano co'l codogno, & fa quasi gl'istessi effetti.

Acqua di per sichi. L'acqua distillata delle loro animelle, infuse prima in bonissimo vino, gioua à dolori colici, renali, & matricali causati da frigidità, & da flati, come ancora fa il suo oglio, tãto beuuto, come inuntato, & posto ne' clysteri, & amazza i vermi, a piccioli figliuoli.

Conserua. La conserua de' suoi fiori, & specialmente de' carneri, purga la bile, & è buona alli hydropici. Amazza ancora i vermi, & molti si purgano con essi fiori.

PISANEL LI la Primavera, municianoli nell'insalata.
Electione. Che siano odoriferi, ben coloriti, ben maturi, e che da gli ossi facilmente si distacchino: e siano anco d'ottimo sapore.

Giuamenti. Fanno mirabil resistenza al fctor del fiato, che vien dallo stomaco, l'odor loro è contra le passioni del cuore, e le foglie trite poste sopra l'vmbilico, amazzano i vermi.

Noctamenti. Generano humori, che subito si corrompono, per esser di natura molle, acquosa, & generano ancora ventosità.

Rimedio. Beuendoci appresso vn vin buono odorifero, & aromatico, essendosi mangiate à stomaco vuoto.

Gradi. Sono freddi nel primo grado, & humidi nel terzo.

Tempi, Età, CompleSSIONi. Sono buoni nell'estate per i giouani, e per i colerici, sanguigui: mà tristi per i vecchi, e per i flemmatici, e per chi hà lo stomaco debole.

I Persichi, che sono teneri, e che si distaccano dall'osso, presto si digeriscono, mà quelli che stanno à gl'ossi

REGOLE DELLA SANITA 471

gl'ossi conglutinati, sono duri, & di tarda digestione. I maturi generano appetito se si mangiano in principio, & in nessun modo si hanno da mangiare nell'ultimo del pasto. Appresso i persichi bisogna beuere vn vino buono, che sia vecchio, & odorifero. Onde non lasciarò di auuertire, che'l vino, nel quale i persichi sono stati infusi, non si fà cattiuo, perche habbia tirato à se il veleno delli persichi, come il vologo si crede: mà diuenta tristo, perche i persichi per esser spongosi, e porrosi, hanno tirato à se lo spirito, e l'anima del vino; e però egli resta suanito, e senza virtù. I persichi hebbero questo nome dalla regione di Persia, donde furono portati: e sono da gl' Antichi detti dolci, e maturi. Molti lodano i duracini, che non si staccano, perche sono saporiti, & hanno del cotognino; mà questi si deuono mangiare dopò pasto.

Sono buoni i persichi allo stomaco, & lubrificano il ventre, purché si mangiano auanti pasto, massime quelli, che sono di carne molle, perche quelli, che si domandano duraci, si possono mangiar dopò, infusi però nel vino, Onde dice il verso.

Petre quid est Pesca? cum vino nobilis esca.

E ancor rimedio alla putrefattione loro l'anime de' lor nocciuoli mangiate appresso, Onde si dice in prouerbio.

Malum, quod implicuit persicum, nucleus explicat.

Si condiscono i fiori de' persichi con zuccarò, quali soluon' il ventre, & conferiscono allo stomaco. Si fà parimēte d'essi fiori vn'oglio, ch'è dell'istessa facoltà, come habbiam detto esser quello de' fiori d'armognaghe. Et dell'anime loro si compone vn'acqua, la

Gg 4 qual

472 REGOLE DELLA SANITA.

qual beunta al peso di quattr' oncie, prouoca l'vrina
 & scaccia le pietre dalle reni, & dalla vessicca, piglia
 do cinquanta di quell' anime di persichi, & cento d
 quelle di cerasse, vn pugno di fiori di Sambuco, e met
 tendosi con tre libbre di buon vin bianco, o sia malua
 gia in vna pignata nuoua ben coperta, & sepolte nel
 letame caldo per dieci giorni, si distillano poi nel la
 bico di vetro.

DELLE PRUNE. Cap. LXVI.

Prune.

Qualità.

Sono le Prune secche in secondo, & hu
 mide nel terzo; alcuni vogliono, che le
 prune dolci, siano prossime al tempera
 mento.

Virtù.

Le migliori prune sono le damaschine. So
 no di picciol nutrimento. L'uso delle dolci nuo
 ce; perche inhumidifcono lo stomaco, tengono
 il ventre lubrico, leniendo, rompono la co
 lera; le fresche sono più solutiue, che le secche.
 Le prune verdi, & pontiche sono cattiuie, &
 nuoceno, & sono senza nutrimento; & perciò
 non si deuono mangiar se non sono mature.

Quelle che sono muze, cioè di mezano sa
 po re, confortano gl' inflammation del cuore, & re
 primono gl' humori colerici.

ANNOTATIONI.

Diversità de
prune.

Diversità grande v'è di Prune, nella Pro
 uincia di Piemonte, tanto nella forma, come
 nel sapore, colore, grandezza, durezza, e tenerezza,
 & non solo si mangiano verdi; ma si conseruano
 secche

REGOLE DELLA SANITA. 473

fecche tutto l'anno, & specialmente le Damaschine, quali portano la palma trà l'altre, e le buone si portano di Soria à Venetia, sono dolce, senza alcuna astringitione, e si mangiano cotte co'l zuccaro nella prima tanola, e lubricano.

Noi in Piemonte in difetto di quelle vsiamo le Damaschine volgari, quali si spicano dall'osso, e si lodano le dolci, e mature, come sono quelle d'Astegiana. Celebri sono poi l'Imperiali, ò Reali, le perdigone chiamate dal Ruellio Iberia, le Prouinciali quali si vsano nelle speciarie, com'ancor quelle di Brugnola, le Damaschine di Genoua, che si condiscono, e le Cereole: lodansi ancora le Dattili, e le verdaticie, che si mettono alle tanole de grandi: non si biasmano ancora i Myrabolani grossi, e tondi, massime conditi co'l zuccaro, e queste hanno alquanto d'astringitione. I Francesi lodano le Noberdiane, e Giuliane, quali maturano tardi, e douentano rugose, e flacide. In Germania lodano le prune d'Hungaria, e Transilvania; Tralascio poi tante altre differenze, come ancora quelle, che acquistano varie qualità, è varie forme per la varietà delli alberi soua i quali s'insano, come soua noci, pomi, e amandorlo. Tutte le prune, che sono dolci, tanto cotte come crude mangiate inanti al pasto muouono il corpo, se ben che Diosc. dica, che le damaschine astringono, questo però s'intende di quelle, che non sono ancora compiamente mature: le dolci sono temperate, e l'agri sono fredde nel principio del secondo: le prune lauano, leniscono, refrigerano: purgano la colera; perciò giouano a' mali causati d'essa, nuoceno allo stomaco, e sono di poco nutrimento.

Prune lodata
Damaschina.

Si biasmano le bianche volgari, le picciole tonde, e che

Prune biasma

474 REGOLE DELLA SANITA.

che sono mature nell' Agosto, & quelle tonde grosse, che maturano nel principio dell' Inuerno, chiamate daruase: queste & altre simili sono biasmate, benche queste siano buone, per astringer, mescolate con l' aceto, & farina d' orzo, facendone impiastro

*Empiastro per
il flusso
Pasti di prun-
ne.*

Delle damaschine se ne fa vna pista col zuccaro, per vso di medicina, & lubrica il ventre, se da la sete, rafrena la colera, & giona al calor febrile.

Si condiſcono co'l zuccaro per quelli effetti, o vero co'l zuccaro è mana cotti nell' infusion di sena, polypodio con suoi correttui, per purgar la melancolia, & per curar la quartana, & hipocondriaca: se ne fa vn' ellettuario assai utile per questi affetti in questa maniera. Piglia sena oñc. ij. polypodio q. carthamo añ. oñc. j. epithymo drac. ij. anisi, cinamo mo añ. drac. ij. macerà in lib j d' acqua di buglosa, & lib. ß. sugo de pomi: secondo l' arte, & fatta indila ebullitione, & collatura az giongì pasta di prune, zuccaro añ. oñc. vj. mana oñ. ij. cuocendosi ogni cosa à perfectione, & se ne dà oñc. j. o più o meno, secondo che sono i corpi.

Il Quercetano scriue, che in vna terra di Guascona chiamata S. Antonin, vicina à mont' Auban, che cauano 10000. scudi d' oro l' anno di certe prune negre, che iui nascono.

*PISANEL
LI.
Electione.*

Che siano secondo la loro spetie ben mature, di scorza sottile, al gusto dolci, e che non siano aspre, ne astringenti, e si colgano auanti il leuar del Sole.

Gionamensi.

Purgano la colera, smorzano il calore, rinfrescano, & humettano tutto il corpo, cauano la sete, e fanno venire appetito.

Nuo.

REGOLE DELLA SANITA. 475

Nuocono à quei, che hanno lo stomaco de- *Nocuenti.*
bole, e freddo, perche generano humore ac-
quoso; Nuocono à i decrepiti, & à i flem-
matici.

Mangiando appresso di quelle il zuccaro ro- *Rimedio.*
fato, ouero l'aromatico rosato; mà de' cibi se
gli mangiano appresso quei, che sono salati.

Sono fredde nel principio del secondo gra- *Gradi.*
do, & humide nel fine del terzo.

Sono ottime ne i tempi molto caldi, per i *Tempi, Età,*
giouani, e per quei che sono colerici, & san- *Complessioni,*
guigni.

Le prune sono molto lodate nelle febrì arden-
ti, perche le uano la sete, smorzano la furia, e l'ardore
della colera, & la purgano per le parti inferiori. Si
prohibiscono à quei, ch'hàno dolori colici, perche sono
acquose, & ventose. Si vietano anco à i decrepiti,
saluo se non gli beuono appresso vn buon vin vecchio,
& odorifero, perche per loro natura raffreddano no-
tabilmente lo stomaco. Le bianche hanno la scorza
più dura, e però più tardi si digeriscono. Mà tutte
generalmente indoliscono, e rilassano lo stomaco. E
perche danno al corpo poco, ò nessun nutrimento, pe-
rò si deuono mangiare auanti pasto, e mangiarci ap-
presso cose di buona sostanza, e beuerci buon vino. Si
lodano molto le Damaschine, così nominate da Da-
masco Città di Soria, la quale abbonda di perfettis-
sime Prune. Bisogna guardarsi dalle perde dure,
acerbe, e pontiche: perche nucono in molti modi, mà
s'rsino le dolci, e ben mature.

Le vere prune, che si domandano damascene, non
si trouano appresso di noi, mà vengono portate da
Soria à Venetia, & non hauendone noi, douemo in

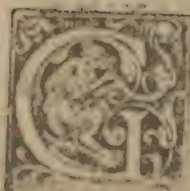
DECA

476 REGOLE DELLA SANITA?

dece loro eleggere le migliori, che possiamo hauere, come le perdigone, & di quelle di Catalogna, ò altre. Leniscono il corpo euocendole con zuecero, & acqua, benendo quel brodo auanti il pasto; Et si possono far solutiue, se l'arbore qual le produce, sarà forato in due ò tre luoghi, ma che vn busco sia distante dall'altro per vn palmo, poi si empia il busco di scamonea, & si ferri con creta, & si lasci così, produrrà le prunne solutiue, le già mature con arte, si potrà far come segue. Pigliar vna stagnata di vin bianco, farlo scaldare, poi hauer vna mezza libra di foglie di sena, due oncie di fior cordiali, legare ogni cosa in vna pezza, & quella metter nel sopradetto vino, nel qual agghiongerassi vna libra di prunne mature, & seruato il uaso, lasciarle per hore 24. in infusione, dipoi fatta l'espressione di quello, ch'è nella pezza, agghiongere vna libra di buon zuccaro, & lasciarle cuocer à fuoco lento. Di queste basta pigliarne dieci per volta la mattina à digiuno, oltre questo vi sono ancora le prunne seluatiche, le quali al gusto sono molto aspre, & constrettine, ondel'acqua stillata de' fiori, gioua a' flussi de gl'occhi. I frutti auanti, che si maturino messi nella botte del uino, mescolando, racconciano il uin guasto.

DELLI PERI. Cap. LXVII.

Peri di varie
specie.



Li peri sono di molte specie, alcuni de gl'antichi auctori, vogliono, che gli peri dolci, è saporosi, che sono senza arena, e partecipano d'aromaticità siano i più lodabili di tutte l'altre specie, & di tutti altri nel genere de pomi, & sono
genere.

REGOLE DELLA SANITA. 477

generatiui di buoni humori, & è vero che ta- *Virtù.*
li peri sono temperati, & hanno virtù di rale-
grar il cuore, & di confortarlo, & assai più, che
li pomi codogni, & melle appie. La maggior *Qualità.*
parte delli peri sono freddi in primo, & secchi
in secondo.

Si deuono sempre elegger li buoni; perche
confortano lo stomaco. Le sue somenza con-
feriscono alla tosse, & al dolor del ventre: ben-
che il suo troppo mangiarne tal volta causa si-
mil dolore: mangiare cotte con spetie calde, ò
con anisi, ò coriandri, si rimuoue da loro tal
nocumento. Secondo che si ricerca la diuer-
sità d'essi, per mangiarli crudi, ò cotti, si deuo-
no la maggior parte mangiar dopò al pasto, &
specialmente se non vi sij flusso di ventre, &
che non si temi, che venghi, & accioche li peri
duri douentino più molli, & più saporiti, si de-
uono cuocer, ò vero piccarle al vapor dell'ac-
qua calda.

Gli peri per la loro stiticità, mangiati dopò *Peri mangia-*
al pasto, fanno buon sigillo allo stomaco, con- *ti dopò pasto.*
fortando, & augmentando la digestione, & re-
primendo l'ascesa de' vapori. Abbiamo anco-
ra detto, che li peri con le loro foglie, & pro-
priamente le seluatiche, che sono theriaca del-
li fongi.

ANNOTATIONI.

Varie sorti di peri sono nel Piemonte, i quali *Varietà de*
son' ancor differenti in qualità, secondo i di- *Peri.*
uersi sapori, che hanno; perche alcuni sono dolci, altri *Diversità de*
acerbi, *sapori varia-*

478 REGOLE DELLA SANITA.

no le loro qua-
rità.
Galeno.
Austeri.
acerbi, altri acciosi, & altri austeri, & questi vltimi
sono molto astringenti, & si deuono vsar come vuol
Galeno, nel secondo de Alimentis, nella debolezza
dello stomaco, causata da calda distemperanza, ò da
superflua humidità.

Acidi.
Dolci.
Gl'acidi, come sono à noi gli ostenghi, e peri vapa,
sono vtili per conterperar la bile, & specialmente il
suo syrope; perche sono freddi, & di sottili parti: sono
di mediocre temperamento i dolci, se ben inclinano
alquanto al caldo, & questi sono più corrutibili; mà
cordiali, & specialmente li odorati, come i moscatelli,

Acerbi.
Quando si de-
uono māgiare
gli acerbi sono (per hauere più del terreo,) più vai-
ti nel restringere; se ben che'l sapor astringente aci-
do, & aultero significano vna istessa qualità: così tut-
ti gl'astringenti, si deuono mangiar inanti à cibi lu-
brichi; per astringer, come ancor dopò essi, quando si
vuol lubricar il corpo: si mangiano anco conditi co'l
zuccaro, ò cotti al forno con esso, ò vero co'l vino,
zuccaro, & spezie, ò sotto la campana, ò sotto le
braggie.

Peri fugazi.
Vino di peri.
Quasi tutti i peri, che si maturano nell'estate, sono fu-
gazi, & corrutibili, di poca durata, come ancor i pomi;
mà quelli che si maturano nell'Autunno, si conser-
uano longo tempo: come fanno tutti, i frutti detti da
Piemontesi tardui; perche tardano à maturarsi, &
da latini oporini. De' seluaticchi, se ne fà in alcuni
luoghi vino, come in Normandia.

PISANEL
LI.
Elessione.
Dolci, e ben maturi. 1. i moscatelli. 2. i
ghiaccioli. 3. i Bergamoti 4. i Buonchristia-
ni. 5. i Carauelli: l'vltimi sono quelli, che si
conseruano l'inuerno per cuocere.

Giuamenti.
Sono grati al gusto, risuegliano l'appetito,
danno forza à i stomachi deboli, e fanno di-
scende.

REGOLE DELLA SANITA. 479

scendere più presto gli escrementi à basso.

Nuocono à quei, che patiscono dolori coli. *Nocumensi.*
ci; perche generano sangue freddo, e ventoso;
fanno ancora gran danno à quei, che li man-
giano auanti pasto.

Mangiandoli dopò tutti gl'altri cibi, ò ben *Rimedio.*
maturi, ò cotti con molto zuccaro sopra, e be-
uendogli appresso vn buon vino odorifero.

Sono freddi nel primo grado, & secchi nel *Gradi.*
secondo.

Sono buoni nell'Autunno, e nell'Inuerno, à *Tempi, Età,*
tutte l'età, e complessioni conferiscono eccet. *Complessioni.*
to che a' vecchi, & à flemmatici,

Sono quasi infinite le spetie de' Peri: percioche gli
antichi hauuano i *Crustumini*, i *Falerni*, i *Superbi*,
& i *Decumani*, i *Pompeiani*, i *Liceriani*, i *Fauoniani*,
i *Tiberiani*; & altri innumerabili; e noi hauemo ol-
tra i nominati, i *Ciampollini*, i *Papali*, i *Durelli*, i
Zuccari, i *Vernareccij*, i *Gentili*, i *Spinosi*, & altri i
quali non sono tutti di vna natura, se ben tutti sono
astringenti: Si hanno da fuggire i seluaggj, e tutti gli
acerbi, e Pontichi, perche nucono à i nervi Non
si mangiano in principio, mà dopò tutti gli altri cibi
Quelli che sono insipidi, sono di pessima qualità. I
granelli, che stanno dentro i vermi, e preseruano dal-
la putredine. Non lasciarò di dire, che questo nome
Bergomot uiene di Turchia, oue *Bergh* significa Si-
gnore, e *Mot* vuol dir Pero: quasi che questo il Si-
gnore de' Peri, ouero ch'egli sia Pero da Signore.
L'arbore fù nominato *Pyrus* perche uà sempre in
alto, facendosi più acuto in forma di Piramide. I sel-
uaggi tardi si maturano.

L'uso del mangiar spesso i granelli del pero, o'tra
l'altre

480 REGOLE DELLA SANITA.

L'altre sue virtù, fa questa operatione, che gioua mirabilmente à quei, che patiscono di polmone, & à dis-
scaricar lo stomaco à chi hauesse mangiato gran qua-
rità di fongi, poscia che'l pero, & suoi granelli per la
lor grauezza, & iugo astringente, fan discender i
fongi mangiati, al fondo dello stomaco. Et per que-
sta causa, quando si cuocono i fongi, vi si vuol metter
del pero, ò vero delle sue foglie, acciò si venga à cor-
regger' il lor nocumento.

DELLA PORCELLANA. Cap. LXVIII.

Porcellana.

Qualità.

Virtù.

Nocumenti.

LA Porcellana, è fredda in terzo, & hu-
mida nel secondo, è di poco nutrimē-
to, & non troppo lodabile: astringe il
sputo del sâgue, reprime il vomito; fat-
to da humori caldi, estingue l'estraneo calore,
& l'ardor dello stomaco, delle reni, della vesica,
& dell'orina. L'vsarla troppo genera panne, ò
macchia nebulosa ne gl'occhi, & debilita l'ap-
petito: se ben che alcuni dicano, che per sua
ponticità conforti lo stomaco, & l'intestina.
Diminuisce il desiderio, & la materia del coito;
per la sua qualità, masticata, rimuoue la con-
gellation delli dēti, ò sij alligatione, ò stupore;
proceduto per hauer mangiato cose acerbe,
& agri.

ANNOTATIONI.

Virtù.

LA porcellana domestica, e seluatica, si dà à fe-
bricitanti, di febre acuta, cotta co'l brodo, do-
ue v'è cōgionto flusso di corpo. Gioua ancora à gl'etti-
ci, &

REGOLE DELLA SANITA. 481

ci, & il suo syropo à flassi del corpo, & al sputo del sangue dato con la pietra hematite: se ne fa ancor dell'insalata cruda, mescolandoui della cepolla; per tēperar la sua freddezza, e si cuoce p gl'infermi. In Piemonte la conseruano seccata al Sole; come ancora alquanto impasita si conserua con l'aceto, agresta, e sorcoli di fenocchio: per cibo di quadragesima; & è di pochissimo nutrimento: la sua acqua distillata, si dà à fanciuli febricitanti con vermi, & profluuio di ventre, & il simile è buono il suo seme poluerizzato, & tolto co'l brodo. La molochia, ò sia porcellana *Molochia*: marina, si vende per le contrade di Babilonia, per vso de cibi, lodata ancora da Plinio, & hà le facoltà del chrythmo. Vedi Serapione.

DEL PETROSEMOLLO. Cap. LXIX.



L petrosemolo, è vna delle spetie *Petrosemolo* d'apio, è caldo, & secco in terzo: *Qualità.* prouoca l'vrina, nettegiando le reni, & vessica, & rimuouendo il loro dolore, & la ventosità, & gl'inflation del vētre, & apre l'opilatione di tutto il corpo.

ANNOTATIONI.

Il volgar petrosemolo, è noto à tutti massime le *Petrosemolo* foglie, che di continuo, si mangiano nell'insalate, & si metteno per condimento con l'altre herbe, & se ne fa con l'acrumi della salsa, per incitar vso. l'appetito, & si mette ancora così fresco sopra le *Salsa*. carni cotte nelle tauole de' grandi, & è buono tutto l'anno. La sua radice è buona per vso di medicina,

Hb

e diure

Brodo per i
menstrui.

Apio palustre

Nocumenti.

Seleni.

Lenistico.

Sisaro.

Macerone.

Cerfoglio.

è diuretica, & cotta co'l brodo di ciceri rossi, aggrion-
toui vn poco di zafrano, e buona per muouer i men-
strui alle donne, gioua ancor il suo seme.

L'Apio palustre, è dell'istessa natura, & alcun
mangiano le foglie nell'insalata, & l'inuerno la ra-
dice cotta: molti l'aboriscono, per il suo graue odore
& è cattiuo à donne granide, & riempie il capo d
vapori, & eccita il mal caduco, e se ben Galeno non
biasmi l'apio nel conf. de pueri epileptico, intende
però del volgar petrosimolo: nuoce ancora à gl'oc-
chi, come scrive Auicenna.

V'è poi il grande petrosimolo, detto Hyposelinon,
& volgarmente con voce corrotta, si chiama seleni,
che non è altro, ch'vn Apio grande, il quale si fa
bianco, come si fa l'endiuia, & così crudo co'l sale,
& pepe si mangia, hor inauti al pasto, & hor ap-
presso, con li frutti, & è molto saporito, & fa
l'istessi effetti dell'Apio, & non è più d'anni 20. in-
crica, che si usa nel Piemonte.

In alcuni luoghi, come in Germania, e Francia
mangiano il lenistico; mà per non esser conosciuto in
Piemonte non ne parlo.

V'è poi il Sisaro, che fa molte radici, come la
peonia, & si cuoceno, & in varie forme, si accon-
ciano per uso nelle viuande, come la pastinaca, &
è caldo, & humido, muoue i menstrui, promoual' vri-
na, incita il coito continuandolo.

Si fa ancora il macerone in certi luoghi d'Italia,
con le carni, & condimenti, & è più caldo assai del-
l'Apio; come ancora più acre, & riscalda molto lo
stomaco, & hà tutte le facultà dell'Apio selino, &
palustre.

Altri sono, che mescolano con altre herbe il cer-
foglio,

REGOLE DELLA SANITA. 483

foglio, & dicono che le rende di sapor più grato: Ha virtù d'incitar l'appetito, & di prouocar l'vrina, & di leuar l'ostruizioni al fegato, & milza.

Della visnaga, si vsano i rami di sua vmbella, per farne scalpelli, vtili à nettegiar gli denti, & per corroborar le gengiue.

Si hanno da pigliare le frondi, quando non ci sono ancora i fiori, ne il seme, perche sono più odorose, e più tenere: e le radici quando sono di mezzo tempo.

Prouocal'vrina, & i mesi, gagliardamente, netta il fegato, e la matrice, e leua le loro opilationi: è grato allo stomaco, e la sua decottione è contra i veleni.

Il suo nutrimento ch'egli dà, non è molto buono, infiamma il sangue, riempie la testa, & è di difficile, e tarda digestione.

Mangiandosi crudo in compagnia dell'herbe fredde, in poca quantità, mà cotto nel brodo in tutti gli intingoli, e minestre: e la radice sia molto ben cotta.

E caldo nel secondo grado, & secco nel fine del primo.

È buono cotto, d'ogni tempo, & per ogni vno, mà crudo non è buono ne' tempi caldi à giouani, ne à colerici.

Il Petrosello anticamente si chiamaua Apio de gli horti, & era in vso, com'è ancora hoggi quasi in tutte le viuande, che ricercano condimento di herbe odorifere, è saporite: e veramente pare che quest'herba sia prescritta all'altre, tãto q̃to ch'entra nelle salse, nelle minestre, ne' guazzetti, ne gli intingoli, & in tutti gli altri condimenti: di maniera che pare che

Hh 2 non

visnaga.

PISANEL

LI.

Electione.

Giuuamenti

Nocumenti.

Rimedio.

Gradi.

Tempi, Et d,

CompleSSIONI.

484 REGOLE DELLA SANITA.

non si possa far cucina senza il petrosello. Ha gran virtù di risolvere le durezza delle mammelle, causate dal latte congelato. Così crudo, come cotto fa urinare, ma molto più il seme che l'erba. Il seme gioua à i veleni delle serpi, & è ancora molto pettorale: leua via le ventosità, e netta tutt' i membri interni, togliendo le opilationi, e gli apostemi di quelli: Quanto poi appartiene al cibo; egli non genera molto buon nutrimento, anzi la sua sostanza è dura da digerirsi, e si crede che infiammi i corpi colerici.

L'acqua di petrosello d'horto pesto, stillata, conferma l'appetito, dissolue la ventosità del corpo, & dello stomaco, conforta la digestione, & purga i cattiu humeri del petto, & meglio delle reni.

L'empiastro fatto di foglie di petrosello, con medolla di pano bianco guarisce il fuoco saluatico, risolue l'enfiaggioni delle mammelle, & fa perder il latte alle donne di parto. Fritto nella padella con oglio, & messo sopra il pettignone, fa urinare, L'vso del petrosello leua il cattiuo fiato della bocca, & se si gettaranno le foglie d'esso sopra i laghi, peschiere, ricreeranno i pesci, & se ne rallegreranno molto.

D E P Q M I. Cap. LXX.

Pomi.

Qualità.

Dolci.

Acerosi.



I pomi sono di diuerse specie: cioè dolce, muze, & acetose: sono tutte d'humida, & fredda complessione; ma quelli che sono dolci, sono più propinque al temperamento, & l'acetose, & pontiche alla siccità.

Il continuo vso di mangiarli pomi, causa dolor

REGOLE DELLA SANITA. 489

dolor de nerui, prepara il corpo à feбри longhe,
genera humori putrescibili, & specialmente *Nocimenti*
mangiati, quando non sono maturi.

I pomi dolci, saporosi, & aromatici, confe *Pomi dolci, e*
riscono all'ardor, e debilità dello stomaco, *sue virtù.*
tengono il vomito, inducono appetito. Quan-
do sono duri, & non ben maturi bisogna cuo-
cerli, & specialmente se tal natura de' pomi il
ricerca. Il miglior modo di cuocerli, è di met-
terli alle braggie, è cauarli la sua somenza, &
poi impirli di zuccaro, ò di mele, secondo pe-
rò la cōplessione, di quelle che deueno māgiarli.
Se li pomi sono grandi, si deuono tagliar per
mezzo, co'l cortello in due parti, & con la pon-
ta del cortello farui vna fìsura, à torno, à torno
trà la scorza, & la polpa d'esso, & si deue anco-
ra estrar l'anima, & indi riempirlo di zuccaro,
& indi metterlo sopra le braggie, voltando il
pomo verso il fuoco, à torno, à torno, & per
questa simile cottura de pomi, diuentano più
digestibili, migliori, & più saporiti: smorza-
no la sete, reprimeno l'ardor della colera, con-
fortano lo stomaco, & dopò il cibo, si pono *Virtù.*
mangiare, & specialmente conditi con aniso
confetto, & coriandri.

ANNOTATIONI.

Gran diuersità de pomi sono nell'Italia trà es- *Diuersità di*
si differenti in forma, sapore, colore, tanto in- *pomi.*
trinseco, come estrinseco, mollezza, e durezza, pri-
mitiui, e tardiui; perciò saria necessario à voler-
gli annumerar tutti, riempir molte carte: basti solo
Hb 3 saper

486 REGOLE DELLA SANITÀ.

sapere, che solo è di necessità distinguerle secondo la
 varietà de' loro sapori; poiche le dolci sono tempe-
 rate, e gioueuoli cotte alla tosse, & alla pleuresia
 specialmēte le dolci verdi ben maturi cotte, & acon-
 ce, come vuol il Benzo: sono ancora gioueuoli
 per la pleuresia cotti con gl'incenso. Giouano gran-
 damente i pomi dolci, & aromatici, come sono à
 noi quei che si chiamano melle parisiene gialde di
 fori, & odorate all'humor melanconico, delle quali
 se ne fa conditi, e syropi tanto alterati, come pur-
 ganti molto gioueuoli per detto affetto, come si vede
 nella description de' loro syropi in Mesue, & Aue-
 re è scriffe, che causauano febre ettica per la gran-
 copia de' spiriti vitali, quali generano: si mette an-
 cora il suo sugo nella conf. alchermes di Mes. tanto
 lodata contro i defecti dell'animo, e per la cardial-
 gia, per reslauration de' spiriti vitali: vagliono an-
 cora detti pomi alla quartana, & à gl'Hipochondria-
 ci mangiati però con anisi, o fenocchio per dissipar
 i flati, e lubrificano il corpo. Deuono poi tutti i pomi
 esser ben conseruati: poiche quelli ch'hanno patito
 il giello sono molto nocui alla sanità. Gli acidi poi
 sono più flatuosi, nocui allo stomaco, ma il loro sy-
 ropo estingue il calor febrile, gioua alle febre acu-
 te, resiste alla putredine, seda la sete, & si man-
 giano ancora cotti, e conditi co'l zuccaro, massime
 quei domandati da Piemontesi guccirini; perche
 essendo maturi risonano i semi dentro buttando il po-
 mo: Tengono poi trà i dolci, e agri mezzan luogo, i
 Curtipendoli detti da Francesi crepandu, & quelli
 che in Piemonte chiamano di Fiandra, e questi si
 pongo dare à colerici, & pituitosi, & questi si conser-
 uano longo tempo, come ancora tutti gli oporini, co-
 me so-

REGOLE DELLA SANITA. 487

me sono i susini di Piemonte, agri di sapore, quali si conseruano tutto l'anno, & sono più lodati i grossi. Quelle che sono acerbe, & austere sono dell'istesse qualità delle sorbe, astringono, giouano al vomito, curano la pica, & sia malattia delle donne: vi sono ancora delli insipidi, & amari de quali se ne fa poco conto. Si mangiano crude; ma così sono nemici allo stomaco, massime le acide, che causano tormini: cotte in le braggie sono migliori, come ancora cotte al forno, celebri sono conditi co'l zuccaro, & mele: le frutte, & aconti con la polenta sono più difficili alla digestione: cotte co'l vino, zuccaro, & aromati sono delicatissime, & non nuoceno allo stomaco.

In somma Galeno vuole, che habbiano l'istesse proprietà de peri, così scriuendo, *Pirorum usus, pomorum vsui est similis*. Tutte quelle che maturano nel principio dell'estate sono corruttibili, e nociui, come ancor sono gli oporini di sostanza molli, e teneri, come sono à noi quelli che si domandano melle cornale di varie specie.

Quelle che si conseruano dentro le vinacie sono flatuose, & sono più per donne grauide, che per altri, come ancora sono i peri, nespole, sorbe, & due non troppo mature, le quali in esse le conseruano.

Le vinosse poi ubbriacano: le scorze de dolci sono buone à farne profumo, qual è soane: il vino de pomi s'usa in Normandia.

Che siano dolci, grosse, colorite, e sopra tutto ben mature. Le apie tengono la prima lode, e la seconda le rose.

Confortano notabilmente il cuore, cauano la sete, & allargando il petto; maturano il ca-

Hh 4 tarro,

PISANEL

LI.

Electione.

488 REGOLE DELLA SANITA

tarro, fanno sputare, e sanano la tosse.

Nocuenti.

Nuocono à quei ch'hanno lo stomaco debole, e che patiscono dolori di nerui, massime se si mangiano crude, & in molta quantità.

Rimedio.

Diuentano migliori quando si cuoceno, e poi si mangiano con molto zuccaro sopra, e con anisi confetti, ouero mangiandoci appresso zuccaro rosato.

Gradi.

Le dolci sono caldi nel primo grado, & humide temperatamente: mà le acetose, e le pontiche sono fredde, e secche.

Tempi, Età, Complessioni.

Sono buone l'Autunno, e il verno per i giouani, e per quei che sono colerici, & ch'hanno buono stomaco.

Sotto il nome di melle, si comprendono molte, e differenti spetie: le dolci, le acerbe, e le insipide, le quali tutte sono di natura, e di qualità diuerse: mà secondo le loro facoltà, si deuono usare differentemente: percioche le dolci si usaranno per lubrificare il corpo, e per facilitare lo sputo, le acerbe per stringere il corpo, e le insipide, ò (come si dice) le sciocche si lasciaranno da parte, come à fatto inutili. Le apie confortano il cuore, aromatizzano lo stomaco, migliorano la digestione, rallegnano l'animo, e leuano la sincope, e dalla somiglianza del sapore, furono dette da Dioscoride melimelle. Sono nel secondoluoogo di bontà le melle rosse, dette da Dioscoride Epirotiche, ouero orbiculate. Quelle che si conseruano l'inuerno sono più gioueuoli; perche depongono la ventosità, e si fanno più saporite. Le melle non si hanno da mangiare auanti, che si maturino sopra l'arboe; perche sono di malissimo nutrimento. Le melle agre, & acetose generano flemma

flemma assai, e fanno perdere la memoria: le dolci si mangiano prima, e poi secondo la varia intentione.

Si legge vna gran virtù del pomo dolce à guarir la pleuresia, & si accomia in questo modo. Cioè, nettasi dalli suoi accini, & in luogo di quelli empiasi d'incenso fino, poi coperto, & oturato co'l suo istesso coperchio, cuocasi sotto le ceneri calde, senza abbrusciarlo, & si doni à mangiare al paziente. Apporta ancor rimedio à quelli ch'hanno il detto male di costola, cotto sotto la cenere, mescolato con sugo di regolitia, amido, & zuccaro, dandole due volte il giorno, due hore auanti il cibo.

DELLA PASTINACA. Cap. LXXI.



Presso gl' Arabi, la pastinaca, si chiama Bautia, & v'è ne sono di due specie, cioè bianca, e siluestre, Bautia ? ò vero campestre. L'altra è rossa hortolana: tutte due sono di difficil digestion, Virtù ? & di poco, & grosso nutrimento, tanto cotta per minestra, come ancor per gl'insalata.

La pastinaca conferisce alla tosse, pleuresia, & hydropisia: incita il coito, & propriamente il suo seme: si deue cuocer due volte con pura Coscenza ? acqua, & gettando via la prima, & seconda acqua, si ricuoce la terza con la lattuca, & indi si condisce con coriandro, aceto, & pepe, cepola, & cose simili. Quella che si condisce con coriandoli, è di più facile digestion, & conferisce alla frigidità de' nerui, à gli dolori del dorso, & delle reni, & escita più il coito.

Ogni pastinaca è calda in secondo, & humida Qualità ?
da

Auerimento.

da nel primo. Deuono vfar diligenza, quelli che cogliono le pastinache campestri, che con quelle, ò in vece d'esse, non cogliessero la cicuta, che molto si rassomiglia, à tal pastinache perche la cicuta induce mali stupefattini, & quasi venenosi effetti, & molti per tali errori, hò veduto impazzire, & far parole, & atti da pazzi, per fino che gl'accidenti della cicuta sono stati sedati.

ANNOTATIONI.

Uso.

Di tutte le due specie, si mangiano nel tempo quadragesimale: la prima si coltiua ne gl'orti, & si cuoce sino che sij tenera in due acque, & indi scorticata, si inuolge con la farina, & si cuoce con oglio nella padella; ma nuoce allò stomaco. Gioia la pastinaca alla matrice, & incita il coito. V'è ne vn'altra di simil satezza, che nasce ne' prati chiamata dal Matthioli *Elfabosco*; ma non si vfa per alimento.

*Elfabosco.**Pastinaca seconda.**Carota.*

La seconda, che fa le foglie minute, à noi nasce abbondantissima ne' prati, & i Gregari le mangiano, come la domestica, & è la seconda pastinaca del Matthioli, e li spciali vfanò il suo seme, per il Dauco vero, & è assai saporita. Di questa natura sono le carote rosse, bianche, & gialde: le quali si cuoceno sotto le braggie, & quando sono tenere, se ne fa insalata per l'inuerno, & ne fanno ancora composta con le rape, cotte co'l vino, & vn poco di aceto, & indi mescolate con le rape tagliate in pezzi, se ne fa composta per l'inuerno.

Sono le carote cordiali, incitano il coito; ma sono difficili à digerire.

Alcuni

REGOLE DELLA SANITA. 491

Alcuni hanno pensato, che la Caroto rossa fosse il
ben rosso, & la bianca il bianco, la cui opinione bias-
ma il Matthiolo. Il vero ben rosso s'usa nella Palesti-
na nell'insalate. Vedi il Ravuolfio.

PISANEL

Le migliori sono le rosse, ma bisogna, che LI.
siano grosse, dolci, & che sia il tempo dell'in- *Elettione*,
uerno.

Prouocano il coito, & il latte, & i mesi alle *Giouamenti*.
donne, fanno vrinare, e si preferiscono alle pa-
stinache, & aprono le opilationi.

Danno poco, & non buono nutrimento, *Nocumenti*.
tardi si digeriscono, e generano molta vento-
sità.

Si cuoceno assai, che così perdono la mali- *Rimedio*.
tia; e poi con aceto, oglio, & senapa, ouero co-
riandolo si condisciono.

Sono calde nel secondo grado, & humide *Gradi*.
nel primo.

Sono buone ne' tempi molto freddi, per i *Tempi, Età,*
giouani, e per tutte le complessioni, eccetto che *Complezioni*.
per i vecchi, e flemmatici.

Le Carote sono le Pastinache seluaggie, di dentro
sono di colore di sangue, e le Pastinache domestiche
sono quelle, che di dentro sono bianchissime, che la
Quaresima si friggono in cambio di Pesce. Le ca-
rote sono più potenti, ma l'vna e l'altra muoue il
coito. Riscaldano, assottigliano, e fanno vrinare, ma
danno poco nutrimento. Fanno ventosità, & il san-
gue che generano, non è senza qualche malitia, la
qual si leua con lo aceto, e con le spetie aromatiche: ma
sopra tutto bisogna che siano molto ben cotte, perche
altrimenti tardi si digerirebbono. e però si deuono
cuocere due volte. Le rosse s'usano in salata, e le
bianche

bianche nel brodo della carne, come le rape. Sono amendue gustuoli, e grate nelle mense.

Dirò breuemente co'l Pisanelli che tutte le carote, di che sorte si siano, fanno orinare, leuano i dolor colici, & prouocano i menstrui alle donne. Sono buone alla tosse, alla pleuresia, & alla hidropisia: M à chi ne vuol mangiar, bisogna, che le facci cuocer due volte, & gettata via la prima, & seconda decottione, la terza volta si deue cuocer, come hà descritto il detto Pisanelli.

DE' PESCII. Cap. LXXII.

Pesci.

*Qualità.
di aaini.*

Salati.

Preparatione.

Galeno.



Pesci sono di molte spetie; perciò la natura di quelli, & il modo di prepararli, bisogna dar fede alli habitanti d'onde si pigliano. Sono i pesci vniuersalmente freddi, se ben gli Marini partecipano meno di frigidità, & humidità.

I pesci salati, sono caldi, & secchi, & quanto più sono salati, & più stanno in sale, tanto più abbondano di maggior calidità, & siccità; perciò de' pesci salati se ne deue mangiar in minor quantità, & deuono esser preparati, con cose grasse, & secondo le differenti spetie, quali sono infinite, & non conosciute da noi, che sono diuerse, se ne ritroua de' migliori, & de' peggiori: di quelli pochi, adunque che sono noti à noi, & che vsiamo ne' cibi in Italia, ne farò quà di sotto special mentione.

Dice Galeno, che il buon sangue è quello, ch'è mezzo trà il grosso, puro, & sottile, & acquoso, & tale si genera di pane ottimamente
prepa-

REGOLE DELLA SANITA. 493

preparato, & d'animali volatili, come la perdi- *Sangue puro,*
ce, & simili; & prossimo à questo esser quello, *come si generi*
ch'è generato de pesci Marini, e propriamente
pellagiali, & petrosi, ò siano petrini, quali gene *Pellagiali cioè*
ran sanissimo sangue à corpi humani: mezzo *marisimi.*
tra' il sottile, & grosso, & il suo nutrimento, è
ben digestibile.

Generalmente i pesci sono migliori quelli, *Notte di buon*
che non sono troppo grandi, & che non hanno *pesci.*
troppo dura carne, ne superflua, & abbomine-
uol grassezza, & che non hanno odore di fan-
go, ne mal sapore, e la carne delli quali non si
putrefa tosto, quando sono fuori dell'acqua.

Li pesci, ch'hanno dura carne, si deuono *Pesci di dura*
elegger i minori, & quelli ch'hanno la carne *carne.*
molle, si deuono elegger i maggiori, se ben che
alcuni de gl'Auttori dicano, che li pesci di mez-
zana quantità, siano migliori in sua spetie.

Gli pesci primi tenuti in bontà appresso gli *Pesci marini.*
Auttori, & che più sono lodati, sono li Marini,
che stano ne' luoghi sassosi, detti sassatili, che
stano apresso à scoglii, & secondo essi sono più
conformi all'humana complessione; perche ge-
neran il sangue temperato, non torbido, ne
grosso: mà più tosto più vicino all'acquoso, e
sottile, & per la sua sottilità, velocemente, si
risolue dalli membri, come è il sangue, che si
genera da temperato, & sottil nutrimento; per-
ciò quelli che fortemente lauorano, & s'affati-
cano, & ch'hanno di bisogno di duro cibo, & *Pesci a chi*
di corroboration de' membri, non sono trop- *sono lodati.*
po pportionati à essi; mà bē si à quelli che viue-
no ociosi, & senza affaticarse: conferiscono, &
special-

specialmente sono propri nel regime della sanità de' vecchij, & conualescenti, ch'hanno la virtù debole.

²
Pesci pellegiali. Secondariamente dopò i lassatili pesci, li pellegiali sono migliori; perche amano l'acqua infalsita, buona, & chiara: mà sono più duri, è più grassi, è più tardi alla resolution delle membra: à benche non siano di tanto lodabile nutrimento.

³
Pesci sassosi. Terzò dopò questi, sono migliori i pesci, che vengono ne' liti, delle chiare, arenose, & sassose acque. Adunque le tre predette maniere de' pesci, sono migliori delli pesci fluviali; perche la falsedine, è specialmente dell'acqua, ne' predetti, & simili luoghi, leua la viscosità, & humidità tediosa delli pesci, & per ciò tali pesci, sono più saporiti.

⁴
Pesci de' fiumi correnti. Dopò questi sono migliori quei pesci delli correnti, & sassosi fiumi, & delle fresche, e chiare acque, anzi alcuni vogliono, che tali pesci, siano migliori, & più lodati di tutte l'altre generation de' pesci; perche trà questi fiumi, si ritrovano le lampreda, trutta, & carpioni sopra ogn'altra generation di pesci da esser lodati.

⁵
Pesci d'acqua non fresca, ne troppo corrente. Quinto dopò questi, si dice esser pesci de' fiumi, d'acqua non fresca nel molto corrente. Quelle c'hanno discorso appresso le città generan mali pesci, e putrescibili; perche per le immondicie di tale propinqua città l'acqua, si corrompe, & massimamente passando per esse. Il simile ancora, se si meschiano con l'acqua, oue lino, ò cose simili, si macerano.

⁶ Sesto sono li pesci de' laghi, de' quali ne escano più.

REGOLE DELLA SANITA. 495

no fiumi, di buone acque, ò vero che v'entra- *Pesci de' la-*
no, & tali sono quasi simili alli pesci de' fiumi, *ghi.*

Settimo dopò questi sono li pesci, che sta-
no n'iliti doue sono acque fangose, e torbide,
& mescedate con terrestri immonditie.

Sono peggiori i pesci quelli de' laghi, & del- *Pesci d'acqua*
le acque de' palludi, dalli qualli non v'è ingressa *fangosa*
so, ne egresso de' fiumi, ne manifesti, ne oc-
culti.

Li grandi pesci, che ascendono nell'acque *8*
dolci, ò vero quelli d'acqua dolce, che intrano *Pesci de' la-*
nel mare, sono mezzi, trà gli fluuiali, & ma- *ghi stagnanti*
rini. *sono pessimi.*

Tutti li pesci salati, sono di dura digestione, *9*
& difficile, fanno longa dimora nello stomaco, *Pesci, che sta-*
sono di poco, & non lodabile nutrimento, in *no in acque*
ducono sete. *dolci & salse,*
Pesci salati.

Il pesce fresco, genera sangue freddo, & *10*
matico, molifica i nerui, induce ne' corpi vna *Pesci fresco.*
viscosità mala, della quale vengono varie infer-
mità.

Li pesci freschi, benchè siano di dura dige- *Pesci freschi.*
stione, nondimeno inhumidiscono il ventre, il
coito, & accrescono la sua materia.

L'oua de' molti pesci, & propriamente de' *Oua de' pesci.*
lattanti barbi commoueno, & solouono il
ventre, inducono vomito; perche ritengono,
vna specie di venenosità; perciò si deuono *alte.*
nerfi l'huomo di non mangiar simili oue.

Similmēte de' guardarli da quelli pesci, che *Pesci rased-*
dopò esser stati cotti, sono lasciati raseddar *datti a suoi dā*
per vn di integro; perche alcuna volta acqui-
stano qualità di veleno, & inducono gl'acci-
denti,

denti, che sogliono indur i fongi.

Preparatione. Si deuono i pesci arrostiti, frigerli, e cuocerli aleffo, secondo che ricerca la diuersità della sua generatione: deuono esser conditi con aceto, e spetie buone; accioche si taglia la sua viscosità, & che si faccia resistenza all'abbondanza sua frigidità, tutti li brodi de' pesci beuuti, danno aiuto contro veneni: se dal beuuto brodo de' pesci sequiterà frequente vomito, giouer al morso del cornuto serpente, & del can rabioso.

Brodo de' pesci.

Contro la cornuta.

ANNOTATIONI.

Sangue di pesci temperato.

Li pesci sono trà quelli cibi, che fanno il sangue più temperato, che le carni d'altri animali; mà facilmente si risolue: nientedimeno noi vediamo, che gl'habitanti ne' paesi Settentrionali, & specialmente nelle parti di Nouergia, & dell'Isole, dell'Oceano Settentrionale, si nutriscono quasi sempre di pesci marittimi, & gl'huomini sono forti, & robusti, & atti à ogni fatica.

Settentrionali usi à mangiare pesci.

Lascio li Reuerendi Certosini, e Padri Camaldolesi; perche non si essercitano; perciò può assai il frequente uso d'una sorte di cibo; perche noi altri soliti à mangiare diuersità de carni, & altre viuande di gran nutrimento: non potressimo star, con il solo uso de pesci, & specialmente, chi si fatica molto.

Il Piemöte se ben sia Prouincia irrigata dalla copia de' fiumi, che descēdono da gl'Alpi, nò producono però pesci in tanta copia, che sijn sufficiente, per uso del paese; mà la vicinanza del mar Niceno, & Li-
ti rendono il gustico la fanno copiosa d'ogni sorte, tanto de freschi

schi, come de salati; perche dal mare si portano à noi *Piemonte co-
il Tonno fresco, & salato: le Aurate, i Lacerti, & piofo de pesci.
infinite altre sorti.*

I pesci frutti nell'oglio, & salati, che si portano in *Pesci salati.*
ceste, con la mortella: sono saporiti, & incitano l'ap-
petito; ma sono di difficil digestione, generan acuto
sangue, e sono molto nociui. Sono meno nociui, quei
di mezza sale.

Gli conditi co' l'garo, ò aceto, come si dice in scabeg *Pesci aconci
gio sono migliori, che freschi: specialmente i duri e co' l'garo.*

grossi, come vuol Galeno nel lib. 3. de Aliment. doue
tratta de pesci grandi. Infuaues enim sunt hi, pre- *Pesci grandi
sertim recentes: nam falsi euadunt meliores. salati.*

Le anchiode salate, si portano à noi, e prima ben *Galeno.*
lauate co' l' vino, & mangiate con oglio, & aceto,
non sono ingrati, anzi si concedeno tal volta à gli
amalati, & à conualescenti, per aguzzar l'appetito, *Anchiodr.*
& di queste se ne portano di tre sorti.

Chi desidera *historia de tutti i pesci mariti-
mi,* legga il libro de piscibus Rondoletij: il Gionio,
Aldrouando, il Gesnero, & il Saluiano

Circa i pesci d'acqua dolce, i più celebri nel Pie- *Trutte di
monte, sono le trutte, copiose nel fiume Pò, & nel Pò.*
fiume vicino al nostro luogo di Murello, che si chia-
ma *Varaisa,*
Follia.
Varaisa, & nella Follia, e sono eccellētissime; do-
pò à questi si loda il Thimalo, ò Temero così chiama-
to, perche le sue squame nell'acqua, rassomigliano al
color del thimo fiorito. Vi sono poi gli quagliastri,
così chiamati da voce corrotta squamosi; perche han-
no copia di squame, spinosi assai; ma hanno la carne
saporita, & son' i cefail d'acqua dolce. Il luccio in mol-
ti luoghi è copioso: v'è poi il barbo pericoloso per le
sue oua nell'estate, & quando vi sono i fiori del popo-

Ii

lo, vi

lo, vi sono ancor copia di carpe.

Sono lodate
per la loro lin-
gua.

La tēcha è lodata p la sua pelle; mà pericolosa à f
bricitanti. Vi sono tal volta qualche Sturioni nel P
vicino à Torino; mà di rado. Appresso vi sono l'a
guille d'acqua dolce, molto saporite,

Questi sono tutti pesci più grossi, che vengono i
Piemonte. I piccoli de quali se ne fa frittura, i pi
Peironi, e le celebri sono li straciasachi, e poile fresse del Pò, i
fresse del pò. sono poi le piccole lamprede, le botte, i grasseroli, &
altri simili.

I più cattini di tutti i pesci d'acqua dolce, à noi so
no quelli, che si domandano scauerde, & vengono
queste ne' laghi.

In Francia lodano il Brochieto, qual è il nostro
luccio.

In Spagna il barbo non è biasmato dal Mercato.
Nel lago di Garda il carpione, è celebrato.

In Sauoia, si loda il lauaretto, come ancora nel Pie
monte la trutta, & così in ogni luogo, v'è qualche
particolarità, che non è in altri luoghi.

Gallina.

¶ Trouandosi molte spetie della lor natura, & di
uerso modo di prepararli, bisogna creder à gli habi-
tanti di quelle regioni, ou' essi si trouano. E perche
vniuersalmente tutti i pesci sono freddi, & humi-
di, i pesci marini sono meno freddi, & humidi de
gl'altri.

I pesci salati quanto più si trouano stare in ac-
que grandemente false, tanto maggiormente sono
caldi, & secchi, & in minor quantità se ne deue
mangiare, e facendoli condire di cose grasse, & se-
condo i preparamenti detti dall' Autor Judetto ne'
suoi luoghi appropriati. Communemente quei pesci
sono migliori, che non sono troppo grossi, & che non
hanno

hanno la carne troppo dura, & abbondante d'abomi-
neuoie grassezza; perche sono d'un odore, & sa-
pore assai grato, & la loro carne non si corrompe così
presto, quando sono cauati dall'acqua. Di quelli poi,
ch'hanno la carne dura, si deue elegger il più piccio-
lo, & di quelli, ch'hanno la carne molle i più
grossi.

I pesci più lodati sono i maritimi, & che habi-
tano nell'acque, & luoghi sassosi, perche non gene-
rano sangue torbido, & grosso, ma sottile, tempera-
to, & risolubile.

Dopò quelli vengono gli altri maritimi, ch'han-
no buon'acqua salsa, & chiara, & che sono duri,
& grassi.

Seguono poi in bontà quei, che si pigliano nel-
l'acque arenose, & sabbiose, chiamate da Galeno
saxatiles, & queste tre sorte de pesci, sono i più loda-
ti de gl'altri.

Appresso questi, quei sono i migliori, che si pi-
gliano ne' torrenti rabbiosi, & sassosi, purchè l'ac-
que siano pure, fresche, & chiare: anzi questi
da molti sono i più lodati.

Seguono poi quelli de' fossi, & d'acque morte, &
finalmente quei de' laghi, de' pantani, & de' luoghi
paludosi.

Tutti però i pesci salati sono di dura digestione,
di poco, & di mal nutrimento. I pesci poi fre-
schi, & non salati sono anco di mala digestione,
generano sangue freddo, mollificano i nerui, &
finalmente causano molte malatie, & mali effetti
nel corpo.

Tutti i brodi de' pesci beuuti conferiscono contra i
veneni.

500 REGOLE DELLA SANITA.

E anco d'auuertire, che i pesci dopò, che sono boliti, se staranno così per vn giorno (perciocche prendono vna qualità venenosa) si deuono fuggire ogni modo, & parimente le lor oua, che sono del tutto cattive, mà più d'ogn'altro quelle de' balbi.

DEL CARPIONE.

Carpione.
BENZO.
Virtù.

Cottura.

IL Carpione è il più lodabil pesce d'acqua dolce, & è di buono nutrimento, & di facil digestione, & ciò essendo fresco, & nella sua prima decottione; perche è di tal natura, che quanto più si cuoce, tante più douenta di dura digestione; perche non è corrutibile, & non hà superfluità, & questo è il segno che'l sindura più decotto, & non putresce.

ANNOTATIONI.

BERTALDO.

IL Carpione qual è peculiar pesce del lago di Garda, si porta in altre parti d'Italia per la sua rarità, & di natura della trutta, come vuol il Saluiano: il Giouio si pensa, che sia il Salar d'Aufonio, *Purpureisq̃ue Salar stellatus tergora gutis.*

Peculiar pesce ancor è il Lauareto di Sauota, qual si manda ancora condito con sua salsa, come il Carpione in altre parti d'Italia, e Francia, e molti si sono pensati, che fosse spetie d'umbrine, ò di the-mali, per hauer somiglianza con essi, nella forma, sapore, e virtù, e vien così chiamato per la sua nitidezza, & politezza, e i Latini lo domandano *Laurum*, per presentarsi ne' lauti conuiti, & il Gesnero

REGOLE DELLA SANITA 501

ro *Albula candida*, alla differenza della *Cerulea*, qual vien nel lago di *Geneua*, chiamata *Bizola*, o *Bisbola*, e v'è ne sono di diuerse spetie chiamate con varij nomi, cioè *Blanchets*, *Palles*, *Ferra*, *Bondalle*: Fortè è *Greon de ve*. La *Ferra* nō cede pōto in bōtā al *Lauareto*, come dice il *Rondoletto*, e credo che sia quello che si porta dal lago *Lemano* à *Lione*, che scrive il *Bellonio* sotto nome di *Lauareto* v'è ancor l'*Albula minima* del lago *Tigurino*, e questi hanno tutti vn' istessa proprietà.

Sempre che si può hauere, prendasi di qual si voglia tempo, forma, e misura, che sempre è perfettissimo.

PISANEL

LI.

Electione.

Dà ottimo nutrimento, è di esquisiteffimo, e delicatissimo sapore. Tal che di commun consenso egli è il più nobile di tutti i pesci.

Giomamenti

Non apporta nessuna sorte di danno, o nocumento, se non che la carne sua presto si corrompe, e però si deue cuocer subito.

Nocumenti.

Sia carpionato, leuate le scaglie, e le budella, si fa stare nel sale per sei hore, poi si frigge nell'oglio, e si bagna d'aceto, doue siano bollite spetie, e zafferano.

Rimedio.

E caldo temperatamente, & humido nel principio del primo grado.

Gradi.

E buono in ogni tempo, ad ogni età, & a qual si voglia complessione.

Tempi, Età

Complexione.

Il *Carpione* non è stato conosciuto ne da' *Greci*, ne da' *Latini*, hà la schiena tutta machiata di colore negro fosco, e d'oro. Nasce solamente nel lago *Benaco*, detto volgarmente di *Garda*, ancora ch'alcuni se ne trouino nel lago della *Posta*, donde nasce il *Fibreno*, ma sono piccioli, che non arriuano alla libra, ma quei

di Garda sono di sei, e di otto libbre. Partorisce nel principio dell'estate, e perche nelle budella non si troua altro escremento, che arena d'oro; si crede da molti, ch'egli d'oro si pasca: massime perche viue nel fondo del lago. In ogni modo che si cuoca, è di delicatissimo sapore, e si conserua con frondi di Lauro, Mirto, e Cedro.

Il carponione in Italia eccede ogni altro pesce in bontà, & hà carne dura, rossa, & del sapor del salmone, & della trutta. Si domandaua prima pione, ma per esser in sì gran prezzo, che si vendeua caro, diceua il compratore, ch'hauea comprato vn car-pione, & di quì è detto poi carpione.

Temalo. Temalo è vn pesce di buono, & lodabile nutrimento, & è pesce di grande esercizio; per la qual cosa non hà mucilagine, & hà temperata complessione, che si comprende per il suo buon sapore.

BERTALDO. Il Temalo copioso viene ne' fiumi chiari del Piemonte, e tien il terzo luogo trà il Lauareto, e la Trutta, & altro non è che l'ombra dell'acque correnti. L'ombra poi così chiamata viene nel lago Lemano di varie sorti, poco dissimili dalle Trutte, eccetto nella tenerezza, e sofferanza, e dicono ch'hanno vna pietra nella testa. Nel lago ancora predetto vengono quelle chiamate ombre cheualier, qual è vn pesce molto grato al gusto, come ancor sono i Salamoni di detti lago, che tall'hor vien longo due cubiti: questi si acconciano, come le Trutte, ò vero s'arrostitiscono sù le craticelle; spargendoui sopra oglio, e spatie, e poi si mangiano con cose acide. V'è ancora l'ombra marittima, ò sia ombrina, ò chromis del Belonio, L'ombra del Rondoletio, da Venetiani doman-

data

lata tordo-falo, e coruo da Genouesi. E l'vmbri-
a iēperata nelle qualità attive, e nelle passive humi-
a; però nel primo: si loda che sia grassa, è di buon
nutrimento, si digerisce facilmente, tempera l'ardor
del sangue: ma graua alquanto lo stomaco, e come-
lice il Gionio tardi si digerisce, genera ostruizioni,
e il loro correttivo è l'agresta. Varie altre specie d'om-
brine si ritrouano in mare, tutte d'un istessa qualità
domandate con varij nomi, cioè Glaucto del Rondo-
leto: Glauctio del Bellonio, detto Fegaro da Genouesi,
e vmbrina da Romani, e da Venetiani Corbeto.

L'vmbra de Massiliesi, è quella del Rondoletio chia-
mata Vng Daing: Confondono ancora con l'vmbri-
na vendendo l'un per l'altro il Coracino del Bel-
lonio, e del Saluiano, com'ancora il Chromis, & al-
tre due specie depinte dal Gesnero chiamate Chio-
racinum nigrum, simili dal tutto all'vmbra.

¶ Segue la trutta in dignità, & bontà il Themalo, Gallina.
così chiamato dal buon odore, che tiene in se, simil'al-
l'odore dell'herba, nomata, Thimo, come ne fa fede S.
Ambrogio scriuendo al lib. 5. al cap. 2. de' suoi hexa-
hemeroni. Neque te inhonoratum uolstra pro-
sequutione Thymale dimittam Cui à flore no-
men inoleuit, seu Ticini vada te fluminis seu
ameni Athesis vnda nutrierit flos es. Nasce
questo pesce solo ne' fiumi, & non in tutti, ma in al-
cuni chiari, come nel Thesino, nell'Adice, nel Po, &
nell'Orco, & in molti altri fiumi della Saouia, &
della Francia, doue sono chiamati lauaretti, come si
dirà amplamente nel cap. Ombrina. Ne voglio tra-
lasciare, à piacere di coloro, che si dilettono di pesca-
re, di mostrargli il modo, per pigliare facilmente le
trutte, & i Themeli ne' fiumi, oue si truouano, Pi-
gliasi

gliasi adunque vna gallina, netta da gli interiori, & mettasegli tre rossi d'oua, vna dramma di zaffirano, & cuscita si metta nel sterco del cauallo, per tre o quattro giorni, & sin'tanto, che si trouino in essa vermicuoli rossi, generati dalla putrefattione d'essa, de quali pigliatone vno, & messo nell'hamo, tirarà à se le trutte, & themeli, se ben fossero lontani vn miglio, gli altri poi si potran serrar' in vn vaso di vetro o di terra, & serbarli à quando l'huomo vorrà pescare.

Umbrina.

PISANEL

LI.

Elestione.

Gionamenti.

Nocumanti.

Rimedio.

Gradi.

Tempi, Età, Complessione.

Si deue mangiare specialmente ne i giorni caniculari, che all'hora è più grassa, e più sapori-
ta, e trà tutte le parti si loda più il ventre.

Dopò lo sturione, e il più nobile, e'l più sa-
porito pesce, che si mangi. Dà buon nutri-
mento, presto si digerisce, rinfresca il sangue, e
cresce lo sperma.

Nuoce allo stomaco freddo, & tardi si dige-
risce, quando non è ben cotta, e genera ostrut-
tioni.

Cuocendosi à lessò nell'acqua, & aceto, poi
mangiandosi co'l sapor bianco, ouero arrosto
piena di garofani, bagnàdosi con molto oglio,
& agresta.

È calda temperatamente, & humida nel pri-
mo grado.

È buona ne' tempi molto caldi, per i gioua-
ni, e per i còlerici: mà nuoce à i vecchi, à i flem-
matici, & alle persone otiose.

Questo pesce fù detto da' Greci Scièna, che vuol
dir' ombra, perche co'l suo veloce nuoto fuggendo, più
tosto appare ombra, che pesce. Quando è picciola,
pare tutta di argento, mà quando diuien grande, tie-
ne il

REGOLE DELLA SANITA. 505

ne il corpo sotto, che para d'argento lucido, & di sopra oscuro, & opaco, se ne sono vedute di 60. libre. Nasce, e viue nel mare appresso i scogli herborosi, è vicino à i gorgi dell'acque, e non entra nell'acque dolci: Mangia altri pesci, e sempre camina sola, e non in compagnia d'altri, ancora che siano della sua specie. Quando hà paura, nasconde solo il capo, e gli occhi.

L'umbrina è posta da Galeno ne' pesci ~~saggi~~ ^{utili}, della qual Oppiano dice, Sunt Vdæ cautes herbis à fronte virentes. Hic domus est fargis, hæc statio læta sirenis.

Da Parigini si chiama, du maigre, da i suoi pezzi, che si vendono bianchi, & magri, oue non appar rossor alcuno, ne altro segno di sangue. In Provenza si chiama Daine, ò vero peis rei, ci è pesce di Rè, A Baiona, Bornigat, cioè rugoso, dalla ruga, ch' hà mentone. A Veneria. Nerabrella.

Hà questo pesce due pietre nel capo le quali portate adosso, dicono hauer virtù di scacciar i dolor colico, & impedir che non ritorni più, mà non bisogna comprarle, mà che siano donate, & in Francia si chiamano pierres de colique. Et era tenuta l'umbrina in tanto prezzo appresso i Romani, che i pescatori, quando ne pigliauano, erano obligati à portar' il capo in Campidoglio, & donarlo al Senatore, & a' Caporioni.

Si troua ancora l'umbrina ne' fiumi, della qual ne scrìue Ausonio con queste parole. Effugiens oculos celeri leuis vmbra natu.

È simile à quella di mare, & si nutrisce di quelli animalotti, che si trouano nell'acqua, & di scaglie d'oro, nel qual spesso se ne troua ne' budelli. & in

Sano-

Sauoia nel lago d'Aiguebellette, se ne piglia in gran quantità, & si domandano lauaretti, & è quasi della specie della trutta; donde direi, che l'umbri-
na flumiale non fosse altro pesce, che il temalo, ò temelo, così detto dall'odor del thimo, che si sente in lui quando si mangia.

Trutta.

BENZO.

Virio.

Galeno.

Nar.

Proprietà del
la trutta.

Trutta mut-
tando loco, mu-
ta ancor sue
qualità.

BERTAL-
DO.

La Trutta, è molto simile al Carpione, in forma, & nutrimento, quando ne gl'alti, & sassosi monti si prende: la quale cotta più volte com'il Carpione, dura assai, inatti che putresca.

Della Trutta intese Galeno, quando dice, che vi sono molti migliori pesci, che in Teuere, & si pigliano nel fiume domandato Nar, che descende d'alti monti, da viue fontane, che mai stagnano.

La Trutta hà questa singolar proprietà, che quando descendo dalle sue viue, & sassose fonti, alli grandi fiumi, ò stagni, ò laghi, è di così mutabile natura, che perde la bontà, acquistando, ò per l'otio, ò vero per la grossezza dell'acqua vna grossezza viscosa, & abbominuole.

In Piemonte per non esservi Carpioni, tengono in prezzo grande le Trutte, le quali copiose vengono nel Po vicino à Santo Giasfredo, oue esso scaturisce in vn luogo chiamato Cryzzolo, così domandato, come scrive il Romani nel suo Anfiteatro dalla voce Greca Chrysol, che significa oro, per ritrovarsi iui vicino l'oro nelle minere, & iui v'è appresso il monte Vessuo, qual'è inaccessibile per alquanti miglia: iui appresso v'è vn gran lago, molte minere, vna caua dentro la rocca fatta con gran artificio per passar gl'Alpi, che va in Delfinato: vna gran cauerna nel monte, piena di murzi con varietà mirabile

mirabile, che fanno stupir, ch'entro con lumi gli
 riguarda, & dentro questa caua v'è vn fiume cor-
 rente, la cui acqua, è dolcissima, limpida, e chiara.
 Sù questi monti vi habitano le capre seluaggie, chia-
 mate Camosci, l' Aquile, Sprauieri, Falconi, & al-
 tri uccelli di rapina, vi sono copia d' herbe medici-
 nali, & è vn miracolo, che questi luoghi nella som-
 mità dell' Alpi, si siano conseruati buoni Cattolici
 Romani, essendo tutto all' intorno Heretici, mercè al-
 l'intercession di quel Glorioso Martire Chiafreddo,
 qual gli conserua, e questo, è quanto m'è parso ac-
 cennar di questo monte, con l'occasione delle Trut-
 te ch' iui vengono, com' ancor recita Galeno de' pesci,
 che vengono dal fiume Nar, migliori assai di quel-
 li del Teuere; perciò le Trutte, che vengono ne' ra-
 biosi, e limpide acque de monti, se ben non siano co-
 si grosse, sono però giudicate più saporite, e più sa-
 ne; perciò la Trutta si concede à noi à gl' infermi.
 Sono differenti trà esse nel colore, & nella grossez-
 za; perchè alcune sono picciole, bianche, che non
 passano mai la longhezza d' vn cubito, come sono
 quasi tutte quelle de' fiumi del Piemonte: altre so-
 no di color dorate, altre negre, e altre miste di negro,
 e di color d' oro, & hanno queste il rostro più acuto
 dell' altre, & hanno vna macchia nella fronte, &
 le bianche sono sempre più picciole, e la carne, che
 non è tanto gialdeggiante: vi sono ancora le Trutte
 piscinarie, domandate da' Germani d' Augusta em-
 Roi, ò Rottela, ò Hucha, ch' hanno la carne rossa, e
 molto saporita, come hà annotato Valerio vido
 v'è poi il salmon flumatile, l' Eperlan, detto borbol-
 lo, il Salmarino di Trento, che sono specie de Trutte,
 e questi vengono ne' fiumi: Altre Trutte sono La-
 custrin

custri, come quelle di Geneua, che tal volta sono di peso di 50. e 60. liure, e più, e le portano nell'inverno à Torino, come ancor la Trutta grande Salmonata, ò sia Salmon de laghi: il Carpion di Garda: l'Umble picciole del lago Tigurino: l'Umble mezzane del lago di Lucerna, e le grandi del lago di Geneua, poco differenti dalle Trutte, eccetto che hanno la carne più molle, e le minori hanno certe pietruccie nel ceruello: sono ancora quasi simili di natura, il Thymalo, e vmbra de fiumi, & i Lauaretti de laghi.

Trutta.

PISANEL

LI.

Electione.

Che sia grossa del mese di Maggio, e che sia presa in rapidissime acque, oue sono sassi, & percipitiij grandi, e non in laghi.

Alimentum.

Nutrisce ottimamente, si digerisce presto, e genera vn'humor freddo, che rinfresca il fegato, e'l sangue, e però è buona nelle febri ardenti.

Noxum.

Subito si corrompe, e però subito presa si hà da mangiare, nuoce a' vecchi, & à chi hà lo stomaco debole.

Remedio.

Si cuoca nell'acqua, e nell'aceto in portioni eguali, e si mangi con sapori acetosi, ouero si accarpioni, come si è detto.

Gradi.

È fredda nel principio del primo grado, & humida nel fine del primo.

Tempi, Età, Complexioni.

È buona ne i tempi caldi, per ogni età, eccetto, che per i decrepiti, & per ogni complessione, eccetto, che per i flemmatici.

La Trutta non fù conosciuta da' Greci, e trà' Latini Columella la chiama, *piscis varius*. Sant' Ambrogio la chiama *Tructa*. Eliano *Tricta*. Ausonio disse. *Purpurisque salar stellatus tergora gutis.*

REGOLE DELLA SANITA. 509

gutis. Ella è tutta macchiata di rosso, ò di colore simile alla purpura, & alcuni luoghi hanno del negro. Quelle che nascono ne' laghi sono molto maggiori di quelli de' fiumi. Sempre nuota contra acqua, e sa glie altissimi sassi. Quando è morta subito perde il sapore, e la bontà, onde subito cōuiene mangiarsi. Dicono i golosi, che si deue cuocere nel brodo di vn grassissimo cappone. Quelle de' laghi nuotano à gl' infermi, mà nō quelle de i fiumi, che come sassatili, e digestibili si concedono nelle febri ardenti. Accrescono lo sperma.

Viene in ordine, & in dignità la trutta appresso al carpione, della qual non occorre dirne più di quello, che se n'è già detto. Sono però differenti tra se, & in colore, & dal luogo oue si pigliano, perche v'è nè sono delle macchiate di rosso, delle gialde, & delle bianche, & quelle, ch'hanno la carne gialda, preferiscono le bianche, & similmente quelle, che si pigliano ne' fiumi chiari, & rapidi, sono le migliori.

Il Persico è di buon nutrimento, e di buon sapore, & è di facil digestione, & di poca superfluità.

Persico.

BENZO.

Il Persico pesce de laghi di Garda, come della Mosella, come scriue Ausonio.

BERTALDO.

Nete delicias mensarum perca filebo.

Amnigenas inter pisces dignande marinis.

Solus puniceis facilis contendere mulis.

E il fratel del Giouio.

Lusibus ad mintium caluum:

Eupylis exigua sum persecus ortus in vnda.

I buoni vengono nell'acque chiare, e limpide: Il Gesnero loda quei del Reno p il suo veloce corso: loda ancor i piccioli, come manco viscosi, e duri, e più digesti.

SIO REGOLE DELLA SANITA.

gestibili: biasma ancora i troppo piccioli per le spine, qual rendono la loro cottione ineguale, e flauosa: loda il Saluiano gli maritimi tanto per la sanità, come nel gusto: Dice ancora, che se ben la carne sia friabile, e tenera, che facilmente però si digerisce, e che genera buon sugo, e che in diffetto de' sassatili, che si può cuocer à gl' infermi. Di simil natura sono i pesci chiamati dal Bellonio Channus, ò Chāna, da Genouesi Bolassi, e da Venetiani Sacchetto, come ancor le Canadelle delle Martegues, la Ficida, ò Figo de' Romani, il Fico merula del Bellonio d'alcuni chiamato Tenca marina, e questi sono tutti d'vn' istessa qualità, com' ancor tutti i piccioli chiamati persiciche, e vengono in altri fiumi d'Europa. Di simil natura è l' Hepato d' Atheneo, qual si vende per il pesce Mena: si da il persico à febricitanti. Diocle lodaua trà i sassatili i Tordi, Merule, Gobij, Ficidi, & la Perca. I Tordi sono pesci depinti di più forti, come scriue il Rondoletio, e Gesnero: La Merula è quel pesce chiamato Roeban del Rondoletio, ò Tenca marina, d' Inglese Cookfish. I Gobij sono i Paganelli, e v'è ne sono di varie specie. Il Gioiio d' autorità d' Icesio dice, ch' il Gobio è di molto sugo, di facil digestione, mà ch' è di mal nutrimento. Galeno dice, che quelli de' mari arenosi, e scogli, sono grati al gusto, e che nella prima, & seconda digestione facili, al contrario sono quei, che stāno alle bocche de' fiumi, e ne' stagni. Di gratissimo sapore sono quei del lago di Garda, e maggiore chiamati da Milanesi strinchi, e Botte trise; Il Gioiio celebra certi piccioli Gobioni, che vengono in vna riuiera di prato, terra nella Toschana chiamati loctij, quali sono molto delicati, e credo che siano quei piccioli pesci

REGOLE DELLA SANITA. 511

sci con la testa grossa, che vengono ne' fiumi chiari del Piemonte e domandati Botte, che sono saporitissimi, hanno la carne tenera, e friabile, di facil digestione, e il Bellonio dice che i rustici di Vercelli lo domandano Paganello: la mostella di Boemia satien per pesce raro, e si conserua per li Rè, e Prencipi, & è di natura della nostra Botte.

Il Siluro del Dannubio, qual vien tanto grande, che prende i figliuoli, che nuotano, come dice il Manardo, & alcuni vogliono, che sia il pesce Solare, il quale vien così chiamata la Botatrifa, quando ha dodeci anni. Dicono, che di simile qualità sono il pesce Glaudio, che viene nell' Istro, & il pesce Lato del Nilo à noi incogniti, che sono dolci, e soauì secondo Athenèo: Com' ancora è il Siluro de Bernesi, che viene nel lago Bipennatio, e vn' altro simile, mà più picciolo, che viene in Augusta, & Argentina simili alle nostre Botte.

Salamone, è pesce appresso i fiumi d' Ale- Salamone.
magna, & è di buon nutrimento, di buono sa- BENZO,
pore; mà la troppa sua grassezza, lo diminui-
sce dalla bontà del suo nutrimento.

Lo Salamone rostito, si rassomiglia più in sa Sa' amon: ro-
pore alla carne de quadrupedi seluatici, che de ffio.
pesci. Fuora dell' acqua subito more, ben che
il cuore suo viua assai più, & ancora si muoui
più che il cuore d' altri pesci.

Il Salamone, si piglia ne' paesi bassi, cioè nella Ga- BERTAL-
ronna, Rheno & Alligerio, & à noi si porta salato, DO,
come il tonno, & è di buon sapore. Il fresco nutrisce
troppo, graua lo stomaco, & lo debilita, & leua l' appe-
tito. In Basilea, & Argentina vi sono i salamoni
piccoli delicatissimi.

Sab-

512 REGOLE DELLA SANITA.

Salmones etiam Gallia Belgica quotannis mittit, sed in plebis vsum, quàm saluti pristina nobilitatem amittant. Gesnero. Se ne portano la quadragesima in Piemonte, hanno la carne rossa, e si macerano prima nell'acqua per leuarli il sale. Il Salamoni del lago di Geneua sono le vmbre de Sauoiardi, e l'vmbra lacustre.

Tenca.

BENZO.

La Tenca genera male, grosso, & humido nutrimento.

BERTALDO.

La Tenca è biasmata da medici; perche sempre dimora ne' laghi paludosi, e lagune, e si biasma à febricitanti, se ben tagliata per mezzo, e posta alle piante de' piedi, & a' carpi delle braccia mitighi il calor febrile, e buona per curar la quartana, come vuol il Quercetano.

E pesce, che presto si corrompe, e la più nobil parte è la pelle, si lodano dal Gionio le Bachanelle d'un lago vicino al bosco Bachano della Merula, leggi nel Persico Phycide. ò Tenca marina. Della Tēca, e Carpa se ne fa gellatine per i giorni proibiti à mangiar carni.

PISANELLI.

Electione.

Che sia femina, e non maschio, e presa in fiume, ouero in lago non fangoso, e che non sia tempo di state, mà di Autunno, ò d'Inverno.

Giuuamenti.

Sono al corpo di poco, ò nessuno giouamento, mà tagliate per la lunghezza della schiena, & applicate alle piante de' piedi leuano l'ardore delle febri.

Nocimenti.

Si digeriscono tardi, grauando lo stomaco, e sono di cattiuissimo nutrimento, massime ne' giorni caniculari.

Rimedio.

Cuocendosi con aglio, e herbe odorate, e spetie, al forno: ò con oglio, cipolla, vua passa, ò ro-

REGOLE DELLA SANITA. 513

rouersciata, e empita con menta, aglio, petro-
sello, & aceto, come s'vsa in Lombardia.

E fredda, & humida nel secondo grado.

E cibo da vsarsi in tempi freddi, da i gioua-
ni, da i colerici, & da quei che molto s'affati-
cano.

La Tenca non è nominata da gl' antichi, forse per-
che fosse plebeo pesce, e come si dice solazzo del vol-
go, Solo Cicerone nel libro de Claris oratoribus,
fa mentione d'vno oratore Piacentino, il qual per es-
ser molto faceto, fu detto per soprannome il Tenca.
Non si trouano mai in mare; mà ne i fiumi, ò nelli
laghi: e queste per il più puzzano di fango: mà quel-
le de' fiumi, non si pigliano tutto l'anno; mà di Au-
tonno sono più grasse, sono poco stimate da chi habita
la marina, mà molto da gente di terra. Sono cibo da
persone che molto faticano, e che hanno buono sto-
maco, e però dal Maggio sino al Nouembre, sono tri-
stissimo cibo.

Che la Tenca appresso gl' antichi fosse cibo vile,
com'egli è ancora appresso di noi, lo testifica Ausonio
dicendo, Et virides vulgi solatia Tincæ, Et que-
sto, perche viuendo nel fango, & di cose putride; dà
vn nutrimento facile à putrafarsi, però si suol dir
comunemente, che la Tenca genera la febre. Di-
cono alcuni, che sana l'ictèritia, ò sia gialdezza del
corpo, legandola però viua sopra l'vmbilico del pati-
te, & lasciandola sinche muora da se, poi hauerne
vn'altra, & far' il simile, & così d'vn'altra, & la ter-
za si trouarà così di dentro, come di fuori tutta gial-
da, hauendo tirato la gialdezza del corpo.

L'anguilla genera male, viscoso, & opilatio Anguilla:
nutrimento, è di difficile digestione. Deuono BENZO.

Kk

i pc2

314 REGOLE DELLA SANITA.

Documenti. i pescatori auertire benissimo, d'osservandi li-
gentemente doue pescano l'anguille; perche s'e
osservato, che s'uniscono co'l coito, con i ser-
penti, & per tal compagnia douentano vene-
nate.

Auertimento. L'anguilla à gran somiglianza, con li fonghi,
nel sapore, in viscosità, humidità, & malitia de
nutrimento. & non è da marauigliarsi, che ge-
nerandosi essa di putrefactione nella generation
de' pesci, come in fonghi nella generation de' ve-
getabili, senza propagation de' semenza, & di
radice: che siano quasi della medesima na-
tura.

A questo effetto, si deuono l'anguille con-
dire, con buone specie, e con cose che correg-
gano la sua mala humidità.

**BERTAL-
DO.
Anguilla.** L'Anguilla è detestata dal Gioiio in ogni luogo,
& in ogni tempo, massime nel solistitio. Sano nemi-
che allo stomaco, reni, e sentono manifestamente
suoi danni, che urina calcoli; perche la colla d'esse
s'unisce, e si costringe in calcoli: nuoce manifestamē-
te à podagrosi, e non gioua à medicar alcun male;
perciò ben disse il prefato Autore. Sic vt inique
fecisse natura videatur, que tam suauem refutā-
dis expuēdisq; piscibus sapore indidexit. Più sa-
lubre, è l'anguilla d'Arena del Saluiano, qual viē nel
l'Inghelterra: nelle arene d'Northombria, chiamata d'
Sandelle.

Scrive ancora che in Cremona v'è vn fiumicello,
chiamato Sanio, che intra dietro l'Adda, & iui v'ègona
certe picciolate anguille, che per la piccolezza non
puono l'erosarsi, e che sono senza nocumento. Ga-
leno ancora nel libro de' cibis boni, & mali succi,
dice

REGOLE DELLA SANITA. 515

dice, che l'anguille tãto quelle, che si pascono di puro,
com' ancor di purgamenti delle ville, e Città, che
sono sempre di pessimo nutrimento; mà meno quelle
che vengono ne' fiumi chiari. Le maritime, come
ancor le salate sono meno escrementose, dicono che
generan il mal caduco. Le grosse arrostate, & incro-
state co'l zuccaro sono più saporite. Le piccioline
salate, si accociano co'l raffano, garrofani, & cepol-
le, e sono di più cattivo gusto. Le troppo grosse
anche sono sospette, per haner commercio con i ser-
penti. La grassa è buona al dolor d' orecchie. Di
simil natura sono le Morene tanto celebrate dalli *Morene.*
Antichi, che le teneuano nelle loro peschiere, e An-
tonia di Druso ne haueua vna di spetata mansuetu-
dine. C. Hircio da suoi viuari nel banchetto triom-
fale; che fece à Cesare Dittatore, vi appesse sei
milla morene accompagnate, Crasso il ricco per agno-
me amò tanto vna morena domestica, che venendo
à morte la piangeua, e vi costruìsse vna sepoltura;
perciò si dicea, Extat quoque illud salustum
Crassi dictum, quum L. Domitio admodum ri-
denti, atque admiranti, quod mortuam defle-
ret murenam, respondit mirum, quidem esse
quod extinctum piscem lachrymis prosecue-
retur, sed multò quidem admirabilius, quod ip-
se tres à se elatas vxores non lugeret. Extulerat
enim tres vxores Domitius, quas quidem vene-
no, vt dotibus potiretur, sustulisse dicebatur.
Si nutriscono di carne humana; perciò si legge, che
Vellio Polione faceua deuorar i dannati seruitori
alle morene: si netteggiano dall' ossa, come dice Plau-
to, con due bastoncelli apprehensi con ambe le mani,
stringendola ben bene in mezzo à essi: hanno com-

516 REGOLE DELLA SANITA'.

Gionio.

mercio con serpenti, come l'anguille, come recita Ambrogio, e l'Alciato ne' suoi emblemi, e Atheno d'auttorità d'Andrea, nel libro, de his, quæ falsò creduntur, La morena è dura, di difficil digestione, di natura del Congro; mà come dice il Gionio, Sec à laetibus eximijs summam commendationem accipiunt, quibus Heliogabalum Cefarem infana prodigalitate, quùm in mediterraneis esset, aulam omnem, ac rusticos pauisse. Dicono, che di certe picciole morene, ne morì vn certo Re d'Inghilterra; per hauerne mangiato in quantità: Mà credo che fosse la morena stuniatile picciola, che hà vna sola spina, qual si chiama Gallaria d'Atheneo, la quale il Gionio crede che sia la lampreda della qual ne tratta il Benzo, quì vn poco appresso.

Congro.

Il Congro, è vn pesce bianco, e longo, che rassomiglia alle fatezze d'vn' Anguilla: è vn pesce di sua natura duro, e per la varità delle sue carni nutrisce poco, ne tampoco genera lodabil sugo, non offende lo stomaco. Galeno ancora afferma, che nutrisce poco, e che le sue carni facilmente si digeriscono, e passano al fondamento: Alberto dice, che generan lepra: nell'Italia, e specialmente in Roma non è stimato ecceto da Spagnuoli, i quali l'accòciano cò certi condimèti Spagnuoli. ¶ L'Xuana, è simile à vn Lacertone, qual si mangia d'Indiani: fà ritornar il mal Francese à chi vna volta la hauuto, mangiando di detto animale qual è spauentoso alla prima faccia; mà di grato sapore.

Xuana.

Agugia.

L'Agugia si porta à noi salata, e come dice il Gionio, humidam, bonumque succum eius carnes præbent, sed tardiuscule cæterorum comparatione concoquuntur: Di simil natura è la

Gagnola

REGOLE DELLA SANITA. 517

Gagnola da' Marsiliesi, detta Trompette, da France
si, e d'italiani Arzinarello.

Che sia del mese di Marzo, o d'Aprile, presa
in mare arenoso, e non fangoso, e che subito
presa sia cotta. PISANEL
LI.
Electione.

E di delicatissimo sapore, dà buon nutrime
to, e co'l sale conseruasi longamente, e diuiene
ottima per lo stomaco, contra le flemme. Giouamenti.

Genera vn poco di ventosità, massime se si
mangia la sua spina, & hà ancora dell'humido. Nocumenti.

Cuocendosi su la graticola, dentro vn fo-
glio di carta con oglio, petrosello, & coriando-
li, o con sale, & origano per alcuni pochi gior-
ni conseruandosi. Rimedio.

E fredda nel principio del primo grado, &
humida nel fine del medesimo. Gradi.

Nel tempo della primavera questa conui-
ne à tutte l'età, & à tutte le complessioni, pur-
che non se ne mangi in troppa quantità. Tempi, Età,
Complessioni.

L'anguille sono desiderate nelle tauole, per esser
al gusto sopra modo soauì, e delicate: si generano sen-
za vouo, e senza coito, perche ne i stagni seccata l'ac-
qua, si generano subito, che è piouuto: vi uono, e si nu-
triscono di pioggia. In mare nascono appresso le boc-
che de' fiumi, ou'è l'Alga, e ne' stagni appresso le ri-
pe. Si trouano in tutti i laghi, & in tutti i fiumi, se
dilettano stare nell'acqua chiarissima, altrimenti
nella torbida subito muoiono: si come ancora in poca
acqua s'affogano, come gl'animali che inspirano aria
s'affogano, se in poca aria si rinchiudono. Il giorno
dormono, e l'vna mangia l'altra. Atheneo dice ha-
uer visto in Arthusa appresso Negroponte l'An-
guille domesticate con gli anelli d'oro: e d'argento à

K k 3

gli

§ 18 REGOLE DELLA SANITÀ.

gli orecchi, e prendere il cibo dalle mani da chi lo por-
geua: viuono otto anni dietro, e sei giorni fuor dell'a-
que, se spirà Tramontana. Riferisce Atheneo, che in
vna cena: oue era vna bellissima anguilla, fu detto da
vno de' conuiuanti. Tu sarai l' Helena di questi co-
uiuanti. Tu sarai l' Helena di questo conuiuio, & io
sarò il Paride. In Boëtia si sacrificana alli Dei. Ar-
chestrato la chiamò regina; e guida della voluptà.
Nelle anguille non ci è maschio; ne femina.

Nasce l' Anguilla per putrefattione, & non per
propagatione, per vn certo humor grasso, & humi-
do, che si troua sotto la terra. Scrive il Gesnero,
che l'anno 1525. per vn gran freddo, che fu l'inuer-
no, furono trouate la Primavera molte anguille nel
fieno morte, le quali suggendo il freddo dell'inuer-
no, andorno a nascondersi in quei cumuli di fieno.

La grassa dell' Anguilla messa nelle orecchie, vā-
le alla sordità. Se l' Anguilla si mette nel vino &
suffocarsi, & sia dato di quel vino à bere à qualch' v-
no, il beuitor haurà sempre in odio il vino; Ancor,
che altri vogliono, che non l' Anguilla debba suffo-
carsi nel vino, mà il sangue d'essa debba mettersi
nel vino.

Ranocchie.

BENZO:

Le Ranocchie sono di molte spetie, q̃lle che
sono terrestri, sassose, & arboree verdi sono cat-
tiue, & velenose: mà quelle che si pigliano nel-
le fonti, e buone acque, sono in commune ci-
bo, & d'esse le parti posteriori, sono le meglio-
ri, & trà le cose; che si mangiano, non sono di
mal nutrimento.

Sono alcuni auttori, c'hāno molto lodato le
ranocchie, ad vtilità de' leprosi, & che molti p-
lo mangiar rane, si sono curati dalla lepra, non
confir;

Vini.

REGOLE DELLA SANITA. 519

confirmata, & non si lontana dalla ragione; poiche hanno conformità con li serpenti.

Le carne del Tiro, e delle Bisse, è molto lodata alla cura de' leprosi, & io à leprosi ne hò fatto (delle bisse) mirabile esperienza. Si deue guardarsi dalle ranocchie di grandezza eccedete; perche pare che partecipano di natura de' rospi, & alcuna volta per il coito, se gl'accompagnano.

Giouano ancor le ranocchie cotte co' l brodo di polastri, à gl'ettici, e tifici: incitano grandemēte il coito, & l'oglio loro mitiga il dolor artritico.

Viru.
BERTALDO.

L'acqua della sperma di ranocchie rinfresca grandemēte, & perciò gioua all'erysipille, & altre infermità c' hanno bisogno di refrigerio; applicandola di sopra, con petie bagnate in essa. Et guarisce ancora il profluuiò del sangue della matrice.

In alcune Prouincie mangiano le carni de' serpi, detti da noi colubri, e la loro carne resiste contro i veneni.

Che non siano terrestri, mà nate, & habitanti nell'acque, che siano grosse, e ben formate, e non generate nel tempo della pioggia.

PISANELLI.
Electione.

Cotte à lessò con ooglio, e sale, e mangiate, sono la theriaca de' i veleni di tutte le serpi, la decoctione fatta con acqua, & aceto gioua à i dolori de' denti.

Gionamenti

Sono di dura digestionē, grauanò lo stomaco, & accrescono le flemme, & il loro nutrimento è cartiuo.

Documentis

Che siano ben cotte, e poi apparecchiate cò sapor fatto d'herbe odorifere, e calde, e con vn poco d'aglio.

Rimedio.

Kk 4

Sono

520 REGOLE DELLA SANITA.

Gradi.

Tempi, Età,
Complezioni.

Sono fredde nel secondo grado, & humide nel primo.

Si deuono usare ne i tempi caldi, da i giouani, da i colerici, & da chi fa grand' essercitio, ma non da i vecchi, ne da i flemmatici.

Le Ranocchie hanno lingua, e voce, e fanno l'oua donde escono neri, e minuti pezzuoli di carne, che non sono altro che occhi, e coda: e questi crescendo, si formano le gambe, e l'altre parti; viuono solamente, sei mesi, e poi si conuertono in fango, & rinascono all'acque di Primavera quell'istesse, che prima erano nate. Hanno doi fegati. Usano il coito di notte, stando il maschio di sopra. Nelle Isole di Cirene, e di Serifo sono mutole. Quando molto stridono, significa mutatione di tempo. Riferisce Plinio al capitolo 29. del libro 8. ch' in vna Città di Francia i popoli furano scacciati dalle Ranocchie. Percioche queste bestie crebbero in tanta quantità, ch' i Cittadini furono costretti abbandonare la Città.

Sono le ranocchie molto differenti trà loro, perciò che alcune viuono in terra frà l'herbe, alcune ne' stagni, & alcune ne i fiumi, & nell'acque chiare, & queste sono lodate, dando al corpo humido nutrimento, perciò conuengono à gli Ettici, & à i Thisici, & massime se saranno cotte nel brodo di cappone, ò vero se saranno stillate con altre cose humide, come parimente si dirà de' gambari, delle lumache, & della tartaruca. Oltra di ciò hanno virtù esteriormente applicate à molte infermità, come sarebbe a' dolori causati nelle gambe, ò nelle braccia per il mal Francese, per il qual comunemente s'usa il cerotto di Gionan di Vigo chiamato de ranis. & vagliono ancora alla pelarella, per conseruar, ch' i capelli non caschi.

REGOLE DELLA SANITA. 521

l'ischino, & far crescer i già cascati. Per il che fare, si pigliano delle ranocchie viue, le quali si pongono in vna pignata, & si fanno abbrusciare, & poi la cenere si mescola con mele, o ver pece liquida, & se ne fa vn'unguento per i capelli. Oltra di ciò se quella cenere sarà mescolata con pece, & applicata alluogo, oue esce il sangue, presto lo fermerà, come più volte s'è prouato. Il che fa parimente la ranocchia viua, posta, & legata sopra la vena propinqua alluogo d'onde esce il sangue, come se esce dal naso, applichi sopra la vena dietro l'orecchia di quella parte.

Vale ancora l'oglio delle ranocchie per il freddo, che viene auanti il parossismo delle feбри, ungendo la schiena, come dice Sereno.

Sæpè ita perua dit vis frigoris, ac tenet artus.

Vt vix quæsito medicamine pula recedat.

Si ranam ex oleo decoxeris, abijce carnem,
Membra fone.

Ne lasciariò di dire, che'l seme, o sij ghiaccio delle ranocchie, che si troua il mese di Marzo ne' fiumi, guarisce ogni rogha delle mani, o delli piedi, lauandosi con essa frescamente colta.

Le lampreda sono di due specie, alcune sono picciole, che dimorano nel fango, del quale viuono, & quelle che dimorano nel fango delle buone acque, & sono di buono sapore, sono di lodabile nutrimento, & queste non trascendono la longhezza d'un palmo, & si assomigliano alli lombrici terrestri.

L'altre sono grandi, & a l'enna volta al peso di molte libbre, o vero di grande anguille, & sono di buono, e lodato, e desiato sapore, senza muc.

Lampreda:

BENZO.

Lampreda

grossa.

322 REGOLE DELLA SANITÀ:

mucilagine, & superfluita; perche fuggiendo dalla terta, si nutriscono di quella de salli, che stano sotto l'acque, & perciò nel loro stomaco non si ritroua, alcuna cosa corpulenta.

Le lampreda quanto eccellono di nobiltà, tutti gl'altri pesci, così in pretio, sono più cari de tutti gl'altri.

Piccirole lam-
prede.

BERTAL-
LO.

Le lampreda vengono nell' Arno, & Teuere di grandezza dell'anguilla, e Alberto le chiama picciole Morene, sono buone nel mese d' Aprile, e Maggio: le picciole, delle quali fa mentione l' Autore sono in quantità nel Piemonte, & specialmente nel fiume Angiale di Vigone, che scaturisce tutto di limpide acque; & queste si mangiano buone lauate prima co'l vino bianco, & indi asperse di farina, si frigono con l'oglio, & si mangiano con agro de citroni, e pepe: cotte in guazetto mai perdono la viscosità, che hanno, & se ben siano lodate dall' Autore, nondimeno sempre conseruano in loro, vn poco di malitia del fango, del qual si nutriscono, come ancora fanno le picciole botte.

Della lampreda grossa non se ne hì notitia in Piemonte: ma ben in altre parti d' Italia, & è tenuta eccellentissima. il correttiuo sono le nocciole, oglio, specie, & maluasia. Botte sono certi pesci d' acqua dolce, che si nutriscono di fango con la testa grossa, & hanno la bocca larga, & il resto del suo corpo è curto.

PISANEI
LI.

Elessione.

Che sia presa nei fiumi al mese di Marzo, o d' Aprile, che all' hora è più grassa, e la spinal midolla è più tenera.

Gionamenti.

E delicatissima al gusto, e pretiosissima nelle tauole: dà ottimo nutrimento, & moltiplica lo sperma.

Si

REGOLE DELLA SANITA. 523

Si digerisce vn poco tardi, massime se non si *Nocumensi*.
nuoce bene, e si crede che nuoca à i podagrosi,
& à chi patisce ne' nerui.

Se si affoga dentro la malua sia; e se gli ferri *Rimedio*.
la bocca con noce moscata, e i bochi, con i ga-
rofani, e si cuoca in vn tegamo con nocciole,
pane, oglio, e spetie, e malua sia.

E calda temperatamente, & humida nel pri- *Gradi*.
mo grado.

E buona d'ogni tempo, per ogni età, e com- *Tempi, Età,*
pleSSIONE: eccetto che per i decrepiti, per i po- *Complexioni*.
dagrosi, & per quei che patiscono ne i nerui.

La *Lampreda* ha hauuto questo nome, perche *Lampreda*.
sempre stà leccando le pietre. Si troua in mare, e ne
i fiumi, perche nel principio della Primavera entra
nell'acque dolci, & al principio della state ritorna
al mare, e nel fine della Primavera partorisce doue
si troua. Nella state la sua spinal midolla, ch'è
tutta senza spine, diuenta durissima, e però in quel
tempo non si deue mangiare. La sua carne è di
ottimo nutrimento, e nelle tauole è molto deside-
rata.

Da i Latini è chiamata *Mustella*, e da' Greci *Ga-
lexia*. Quelle che sono grosse, e macchiate si piglia-
no in alto mare, lontano dal lito, e molto di rado si
pigliano ne i fiumi: i Tedeschi le chiamano noue
occhi.

La *Lampreda* nel numero singolare è grande,
& grossa come vn'anguilla, ne si troua per tutto,
mà solo in qualche parte d'Italia, come à Roma:
Et d'Avignone ne portano la quadragesima accon-
te, che sono molto delicate; M à quelle *Lampredæ*,
che sono al numero plurale, si trouano quasi per
tutto

tutto, & n'abbonda in Piemonte, & si chiamano lamprede, & in Francia lamproions, ò lamprillons. Sono simili di colore à quelle di mare, & non v'è differenza, se non della grandezza. A Tholosa, oue se ne vende i quantità, si chiamano chatillons.

Gambari.

BENZO.

I Gambari sono di molte spetie; perche alcuni sono maritimi, & altri d'acqua dolce: & alcuni sono rotondi, & altri codati.

Li cancri rotondi fluuiatili, che si chiamano cancri, ò grāchi, sono di buon nutrimento, & impinguatiui, & propriamente bolliti in acqua d'orzo, ò in latte doue prima siano lasciati demorare alquanto: perciò si dāno per lodabile nutrimento, alli macilenti, & consumati, & che patiscono di febre ettica.

BERTAL-

DO.

Cancro in Toscana.

Li cancri rotondi vengono nelle parti di Toscana, & sono utili à quel che dice il Benzo, e per curar il morso del can rabioso abbruggiati in vna padella di rame vini, & poluerizzati, aggiuntoui di gentiana, & incenso. Cioè poluer di cancri parti dieci, di gentiana cinque, & vna d'incenso, & se ne da vna misura, Rimedio per il can rabioso. d'vn grande cugiaro, con l'acqua per giorni 40. vedi Gal. nel lib. 11. delle facultà de' medicamenti semplici.

Vi sono ancora i Cancro marini, i quali sono ton- di, e larghi, senza coda di color rossiegante: sono utilissimi per i tifici, e per quelli che patiscono febre lenta, & ettica, perche danno vn'humido, lingiero, & assai refrigerante nutrimento: Di simil virtù sono i Cancelli: lodatissime quanto al gusto sono le Lecuste, ò siano Langoste de Nizzardi.

Gli Astachi da Venetiani chiamati Astasse, da Romani Leoni, & da Nizzardi Lingobaud, sono sapor-

REGOLE DELLA SANITA. 525

saporitissimi, di buon nutrimento, se ben vn poco tardi si digeriscano. Nell' Isole Orchadi vengono tanto grandi, che con le loro branche pigliano vn'huomo nel nuotare, e lo soffocano, come dice il Gesnero. Vi sono ancora molte altre spetie de Cancrideritti dal Gesnero, e Rondoletio, & di tal natura sono le Orsete, i Paguri chiamati Graci porri: le Maie, o Granceole: le Grite Massiliese, i Cancridi gialdi d' Anzio, come ancora de Cancelli, Leoni, Squille, Orchee, Gambari di mare, & altri.

L' Echini marini rotondi si mangiano: Secondo Dioscoride sono vtili allo stomaco, e ventre, moueno l'vrine: si mangiano crudi.

Li cancri codati chiamati gambari, sono simili alli cancri rotondi in nutrimento, & specialmente pigliati ne' viui fonti, e buona cque: sono però di più di difficil digestione, & di grosso nutrimento: specialmente nettegiati dal fecal intestino, che descende per mezzo della coda, sono più lodabili.

Li marini sono di difficil digestione, nuoceno allo stomaco, & leniscono il vêtre; per la loro falsedine.

Li gambari grandi marini, che si domandano Locuste, sono di difficil digestione; mà digerendosi sono di buon nutrimento.

La carne de tutti li cancri, & propriamente de' rotondi fluuiatili, è solenne, e singolar medicina contro il morso del can rabioso, della quale hò veduto mirabile esperienza: ancora parlandone Galeno disse, nò hauer mai veduto morire alcuno c'habbia pigliato di quella poluere, inanti l'abbomination dell'acqua.

I gran-

526 REGOLE DELLA SANITA.

BERTALDO. I granchi codati copiosi vengono in tutti i fiumi del Piemonte, e nella Lombardia, e si danno à ettici, e consumati, massime le code purgate da quel picciol budello, che contiene l'escremento, e se ne fa acqua stillata, e forte per detti effetti.

LI Electione. Che sia preso appresso i fiumi, ò altre acque dolci, perche hà più virtù del marino: sia di primavera, ò di Autunno, & la Luna piena.

Uocumenti. Gioua à i tifici, & à quei che sono morsicati da' cani rabiosi, muoue l'vrina, accresce il coito, purga la renella, e nutrisce assai.

Giouamenti. La sua carne è vn poco difficile à digerire, e genera humor grosso, e flemmatico.

Rimedio. Cupcendosi benesù la braggia viuza, e poi mangiandosi con pepe, e con aceto forte.

Gradi. È freddo nel secondo grado, & humido nel primo.

Tempi, Età, Complezioni. E buono nei tempi caldi per i giouani, e per i colerici, & per quei ch'hanno lo stomaco molto caldo.

Il Granchio fù detto da' Greci *Carcinos*, egli non hà coda, mà il corpo rotondo, e perche è senza testa, hà nel petto tutti gl'instrumenti de' sensi. Hà gl'occhi che guardano per storto, e la zampa destra più grande della sinistra. Usa il coito con la bocca, e dalle parti dinanzi camina all'indietro così velocemente, come innanti: mentre stà in terra, vā per le cauerne: è di longa vita, e nel principio della Primavera depone la scorza. Mentre si cuoce diuenta rosso, e del suo corpo morto nasce il Scorpione. Di natura molto simili sono anco i gambari, de' quali non hanno parlato gli antichi, & i gambarelli, nominati *squille* picciole. In Fenitia sono i granchi nelle rine de' fiumi di tan-

REGOLE DELLA SANITA. 527

di tanta velocità, che difficilmente si possono pigliare.

Il Granchio non nasce in Francia nelli fiumi, ne in Alemagna, mà solo in Italia, del qual si suol far comunemente vno vnguento contra il cancaro con alume, mele, sale, & poluere d'esso granchio abbrusciato: Oltra di ciò il granchio applicato viuo, & fucato sopra la parte del corpo, che sia stata punta di ferro, ò di spina, oue si rimasto il stimolo, lo scaccia, e lo caccia fuori, & se sarà posto sopra il luogo, che sarà stato morso da can rabioso, con sale si guarirà prestamente.

Quanto s'è detto del Granchio, si può dir anco de' nostri Gambhari, i quali oltra le predette virtù, vagliano ancora per gli etici, conseruando loro il calor naturale, & portando gran nutrimento al corpo, quando saranno ben preparati. Il modo della qual preparatione è che si pigli della carne del collo, & delle zampe, & questa si lavi bene con acqua fredda, & sale tre, ò quattro volte, sin che sia ben netta: poi così lauata si cuoca nel siero di latte, ouero nell'acqua di orzo, & con la medema carne si formi vno elettuario.

La Triglia è pesce marino, escendente l'al-
re in bontà, sapore, & nutrimento; mà è alquã-
to di difficile digestione; perche hà la carne
dura, e facilmente friabile: leuatogli da essa la
sua viscosità, è congruo alimento all'huomo.
Galeno disse, che s'era marauigliato di queida-
i alla gola in Roma, che hauendo gustato il se-
gato della Triglia, esser così saporito, & perciò
per hauerlo essi comprauano le grãde Triglie, BERTAL-
per molto pretio.

La Triglia è vn pesce detto da Latini *Mullus*, *Mullo* pesce,
&

Triglia.
BENZO.

&

528 REGOLE DELLA SANITA.

Fegato lodato. È assai conosciuto in Roma; perche tal volta s'è veduto vna libra d'argēto, per hauer solo il suo fegato, & alcuni lodano la testa. Il Gejnero ne depinge ancor d'altri senza barba.

Barbone. La sua carne non è troppo lodata; per esser durissima, e friabile, senza grassezza, & lentore. In Venetia lo chiamano barbone.

PISANEL LI. Si deue elegger più presto picciola, che grande, che si digerisce meglio, e non sia presa in luoghi fangosi, ne in mari morti, mà in luoghi sassosi.

Gionamenti. E delicata al gusto, posta sopra i morsi de' velenosi animali, li sana, e mangiata leua le malie fatte con mestruai di donne.

Documētū. La triglia astocata nel vino, che sia beuuta, fa l'huomo impotente, e la donna sterile.

Rimedio. E di dura carne, e tardi si digerisce. Se si cuoce sopra la graticola bagnandosi con oglio, e sugo di aranci, d' vero fritta si condisce con aceto, spezie, e zafferano, e cosi si conserva per molti giorni.

Gradi. E calda nel primo grado, e secca nel principio del secondo.

Tempi, Et Complessioni. E buona ne' tempi caldi per i giouani, e per i colerici, & per quelli, che hanno lo stomaco gagliardo, e per le persone, che s'esercitano assai.

La Triglia è detta da' Latini *Mullus*, da i Venetiani *Barbone*, si pasce di alga, d'ostreghe, e di pesci minuti, e particolarmente di lepri marini, e però è consecrata a Diana: rare volte passa il peso di due libbre. Appresso i Romani antichi erano in grandissima stima le triglie, e le pagavano molto care, per hauerne

REGOLE DELLA SANITA. 513

uerne il fegato. E pesce marino, mà non nasce ne i mari de Settentrione, si troua anco ne' stagni di mare, mà quella è di cattiuo nutrimento. Si mantiene anco ne i viuari viuua come gli altri pesci. Partorisce tre volte l'anno: e però è attribuita alla triforme Dea. Dice Oppiano. Accipiunt Trigle terno cognomina partu. Dicono i Cuochi, che la triglia non si apre, mà perche resti intiera, basta che gli diano vn bascio alla bocca. La triglia hà due barbe nel labro di sotto, e però è detta Barbone. Affogata nel vino che si beue, fà venire in odio il vino.

La triglia è desiderata nelle tauole de i signori, & però si dice in prouerbio, la triglia non la mangia chi la piglia. Non passa due libre, donde Martiale dice.

Nolo mihi ponas rhombum, nullumque bilibrem.

Ancor, che Seneca affermi Tiberio Imperator hauer hauuto vna triglia, che pesaua quattro libre, che fù portata à vendere, & fù comprata da Ottauio cinque sestertij. Scriue parimente Plinio al tempo de' Romani esser stati alcuni sì auidi di questo pesce, ch' Asinio ne comprò vna otto mila danari, & Macrobio ne' suoi saturnali non dice otto, mà sette mila. Scriue parimente Giuuenale vn' altro hauerne speso in quel pesce sei mila, dicendo.

Mullum sex millibus emit, Aequantem sanè paribus sestertia libris.

La qual somma appresso noi viene à far trecento lire di Francia, secondo il Budeo, donde si può veder quanto fossero dati alla gola in quel tempo.

Da gli Italiani è chiamata, triglia, da i Francesi Sarmullet, ò moil, ò barbati, dalla barba, ò ronget. I barbati sono migliori di quelli, che non hanno barba.

Li

Li

514 REGOLE DELLA SANITA.

Pettini. Li Pettini marini sono di buono, & lodato
BENZO. nutrimento, Le Sepie sono pesci di difficil di-
Sepia. gestione, e di duro nutrimento.

BERTALDO. Per le pettini intendo, che voglia dir le conchi-
Pettini. lie, che si mangiano, come i mituli, et telline di Dios-
Conchilie. coride, com' ancora le chame, & a noi in Piemonte
Mituli. si portano dal mar Ligustico, & sono di buon sapa-
Teline. re, & lubrificano il ventre; per l'acqua salsa: vi so-
Virtù. no nelle nostre acque sassose ancora certe conchilie,
Sepia. mangiate d'alcuni; ma insipide, & dure, & perciò se
 deuno acconciar con molti aromati. Di varie spe-
 tie ne depinge il Gesnero tutte d'un' istessa virtù.

Atheneo. La Sepia, come ancor la Loligine, & Calamaro
 sono di dura digestione, & generan humori crudi, se
 ben Atheneo voglia, che siano utili allo stomaco.

Si deuno prima macerar nell'acqua, & indi ta-
 gliate in pezzi (come si fanno le trippe) s'acconcia-
 no con il butiro: generan crasso nutrimento, & sono
 difficili al digerire.

PISANELLI. Che siano grandi, che si aprino facilmente, e
Elezione. che siano ben purgate dall'arena.

Giuuamenti. Quando sono fresche, la lor decottione fa
 lubrico il corpo, e prouoca l'vrina: le salate
 fanno vna cenere, che non lascia rinascere i
 pelli.

Uscamenti. La loro carne è di tarda digestione, e graua
 lo stomaco, fa venir la sete, e stringe il petto.

Rimedio. Cuocendosi con vino, con petrosello, e con
 altre herbe odorifere, e con spetie.

Gradi. Sono calde nel primo grado, & secche nel
 secondo.

Tempi, Età, Sono buone ne' tempi freddi, per i vecchi, per
Complexioni. i flemmatici, e per quei che trauagliano assai.

Delle

REGOLE DELLA SANITA. 515

Delle Telline ne fecero breue memoria gl' Antichi scrittori, con dire, che le fresche soluono il corpo, e le salate fatte in poluere, e mescolate con liquor cedrino, non lasciano rinascere i peli: ma à tempi nostri non si vede, che sia in vso il salarle. Si pongono nell'acqua fresca, e quiui si lasciano stare vn giorno, ò due, che così deponeranno tutta l'arena, che hauueranno; il vino cotto con esse le fà più grate al gusto, e leua loro anco ogni humidità, massime se vi si aggiungono herbe odorifere. I fanciulli giocando con le scorze ne fanno fischietti. Gli Spagnuoli le chiamano Brignigois.

Le Telline non si conoscono à Parigi, & di raro si truouano à Marsiglia, ma solamente à Roma, & à Venetia, oue se ne vende in quantità, & ne sono di tre sorti. la prima è di quelle, che si chiamano telline; perche presto crescono, & sono picciole: la seconda è di quelle, che sono più grandi, & si chiamano regie, & la terza è di quelle, che sono di color biato dentro, & fuori, & han la guscia lucida, trasparente, & sottile più dell'altre.

Calamaro.
PISANEL
LI.
Electione.

Che sia picciolino, & non grande, perche è più tenero, e più presto si digerisce, e che non sia preso in mari morti.

E delicatissimo al gusto, e molto stimato nel le tauole, accresce l'appetito, e dà all'huomo molto, & buon nutrimento.

Quando è grande, è di difficil concottione, e particolarmente nuoce a' paralitici.

Si cuopre con la farina, e si frigge, e poi s'a. si perge con sugo d'aranci. Megliorli cuoce in acqua, e vino al pari, oglio, pepe, & herbe odorifere, co'l suo sugo.

Giouamensi.
Nocnmenti.

Rimedio.

516 REGOLE DELLA SANITA.

Gradi.

E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Tempi, Età, Complexions.

Quando è picciolino, è buono d'ogni tempo, e per ogni persona, mà quando è grande, ricerca vno stomaco gagliardo, perche è di dura digestione.

Il Calamaro si troua in tutti i mari, e si chiama da' Greci Theutis, e da Latini Loligo: è senza sangue, come anco sono tutti i pesci molli, i quali tutti hanno il capo trà il ventre, li piedi. Hà otto piedi, & è senza viscere, come gl'altri molli. Hà vn'humor negro simile all'inchioistro, dentro vna vessica, ilquale quando hà paura, esce fuori, come auuiene à gli huomini timidi, che se gli muoue il corpo, e questo humore, è detto da' Greci Tolon, e la vessica miconna: così intorbida l'acqua, e fugge i pescatori, la femina hà due budella, che seruono per mammelle, e fa l'oua, ilche non hà, ne fa il maschio. Non si troua in acqua dolce, non camina, mà solo nuota, come la sepie, ouero vola sopra l'acque, come le rondini. Mangia i ceffali, & i pesci molto grandi.

Il Calamaro da' Latini si chiama Loligo, quasi voligo, perche tanto s'innalza dall'onde del mare in aria per volare, mà sbittuto poi dal vento, è forza, che torni al basso. In Venetia, & in altri luoghi d'Italia si chiama Torano, & è molle, senza ossa, senza sangue, & senza budelli.

Ceffalo.

BENZO.

Il Ceffalo, e pesce che nasce in mare, & in acqua dolce, & rare volte descende dell'acqua dolce al mare: mà volontieri ascende per nutrirsi.

Quelli che si pigliano nelli stagni, & male acque, sono in bontà assai differenti de gl'altri; perche

perche sono mali, & non lodabili.

Il Ceffalo, è d'acqua marina, e dolce, e à Venetia **BERTALDO.**
i pesci chiamati mugiles si domandano cefali, e v'è ne
sono di varie sp:te, cioè de grandi chiamati Cociani,
e se ne fa la bottarga, cioè de loro uova, e i piccioli si
chiamano Gillari, e da Fracesi sono chiamati Cabot,
e Mulet, v'è poi il Cestreus chiamato ame, il Che-
lon domandato Vergadelle: il Mugil niger, che hà le
spine nella schiena più grandi del pesce domanda-
to Auola, qual viene nel Pò con spine picciole rinol-
tate, e di natura trà il Themalo, & il Ceffalo d'acqua
dolce, & è buono tutto l'anno. V'è poi il pesce Ron-
dine del Saluiano. Questi d'acqua dolce sono copiosi
nel Pò, & altri fiumi del Piemonte, e dicono che
si nutriscono de pesci, eccetto della sua spetie: à noi tē-
gono il terzo luogo dopò la Trutta, e pesce saporito,
se non fosse pieno di spine. Di simil natura è l'Al-
burno d'Ausonio: li Macrelli del Rheno: le Kappe de
Miseni in Germania, la Stretta del lago Lario, e le Fri-
ton, ò Fritean de Francesi, che vengono nella Sona
simili alle nostre frezze del Pò, qual si mangiano
tutto l'anno di sapor buonissimo.

Che sia preso in mare, non fangoso, mà are- **PISANEL**
nofo, e sassoso: e ch'illito guardi à Settentrione, **LI.**
che non sia grauido, ne grasso, perche questi so- **Electione.**
no senza sapore.

E delicato al gusto, & il brodo doue egli è **Giuuamensi.**
cotto, muoue il corpo, da buon nutrimento, e il
suo fiele sana i dolori de gl'orecchi.

Nuoce allo stomaco, quando è di acqua fan- **Nocumensi.**
gosa, non si digerisce, e genera tristi humori, e
molti escrementi.

I grossi si cuocono à lessò, ouero si fanno ar- **Rimedio.**
rostò,

rosto, i piccioli si friggono. Co' i primi si cuoce l'origano, e con quelli vltimi si pone il sugo d'aranci.

Gradi.

E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Tempi, Età,
CompleSSIONi.

Questo è cibo per l'Autunno, e per l'inverno: ma ricerca gioventù, complessione calda, stomaco gagliardo, e grand'effercitio.

I Ceffali tutti si chiamano Digiuni, non perche non prendano nutrimento, ma perche non mangiano per cibo cosa, che sia animata: onde non si mangianol'vn è l'altro, ma ne tampoco nessuna sorte di carne: onde non con la carne, ma co'l pane si prendono, si pascono d'alga, e d'arena, e non vanno all'harmo, che habbia carne. S'ingrauidano di Dicembre, portano 30. giorni, e partoriscono vna volta l'anno, alle bocche de' fiumi. Delle sue voua salate si fanno le bottarghe, dette da' Greci Oatyrice: l'voua, & i parti piccioli non sono toccati d'altri pesci, ma quando sono cresciuti, sono insidiati da tutti. Si trouano in tutte l'acque, e le gran pioggie li fanno diuentar ciechi. La lussuria li fa pigliar facilmente, e quando hanno paura, nascondono il capo, credendosi esser tutti nascosti, e sicuri.

I Ceffali si chiamano anco Mugili: nascono nel mare, & ne' stagni, & ne' fiumi, & sono di quattro sorte. La prima è il Ceffalo, da' Prouenzali chiamato Cabot, quasi à dir capitato, per hauere il capo grosso, & i denti. La seconda è nom uo Castreo, che non hà sì gran capo, ma p'ù picciolo, & p'ù si noma ancora leiuuo, perche si nutrisce solo di muffa, & d'acqua. La terza, si domanda Labeone: & la quarta Muccone, dal mucco, di che si pasce. Lo stomaco de'

Mugili

RÈGOLE DELLA SANITA. 519

Mugili seccato nel forno, & preso nel cibo, recrea lo stomaco nostro non meno, che facci lo stomaco interiore delle galline, & consuma l'humidità, & dato bollito nel vino stagna, beuto con aceto, il flusso della pietra del capo, val al mal di pietra.

L'ostraghe sono di molte generationi; ma *Ostraghe.* l'ostraghe, che s'viano per mangiare, quando BENZO. si padiscono sono di buono nutrimento, impinguatiuo, & restauratiuo: prestano augumento alla materia del coito.

L'ostraghe à noi si portano dalli mari di Pro- BERTAL- uenza, & quelle che sono nel mar Ligustico, non so- DO. no di così buon sapore, & sono più dure, come sono le Pine, quali sono dure, & di difficil digestion.

Vi si ritroua in Villafranca di Nizza, dentro à sassi, vna specie d'ostrega, chiamata datilli, quali si *Datilli mari.* cauano per forza dietro à essi, & sono di buonissimo gusto, & han le proprietà dell'ostrega. Del resto l'ostrega è migliore mangiarla cotta sù la propria scorza, perche resudando d'essa certa humidità, la rende più saporita, & di più facil digestion.

Nell'Inghilterra si mangiano crude, ma sono più *Ostraghe d'Inghilterra.* difficili al digerire: si deuono schiuar quelle, che longho tēpo sono state cōseruate, per esser cattine, et ciò si cognoscono, quando s'apre la sua conchilia da lei medema: si sogliono conseruar ne' barilli, come gl'altri pesci, accòcie con la salamuoia, indi si lauano col vino bianco: Mangiano ancora molti li Echini mari *Echini marini.* ni, che sono tondi, vtili allo stomaco, come dice Dioscoride, & per pronocar l'vrina. Copiosi vengono à Nizza di Prouenza.

Che non sia presa in luogo fangoso, e se si *PISANEL LI.* può, pigli di quelle, che sono nate sù i fondi *Electione.*

520 REGOLE DELL'ASANITA.

de' nauilij vecchi : sia de' mesi c'hanno la R. e siano mangiate fresche .

Gionamenti.

Hà vn certo sugo salato , che muoue il corpo più gagliardamente di tutti gli altri testati, risueglia l'appetito, & accresce il coito, mà poco nutrisce .

Proeuenti.

E vn poco difficile à digerirsi , e la sua carne ne i stomachi freddi accresce la flemma, e ci fa ostruttione .

Rimedio.

Apparecchiandosi con pepe, oglio , e sugo, d'aranci acetosi, dopò ch'è cotta sù la braggia, auuertendo che non si hà da lessare .

Gradi.

E calda nel primo grado , & humida nel secondo .

Tempi, Età,

Compleffione.

E salutifera ne' tempi freddi, per i giouani , per i colerici , e per quei ch'hanno lo stomaco molto gagliardo .

L'ostrega non hà testa, mà nella parte di sopra hà il meato, per il qual manda fuora gli escrementi: non è ne maschio, ne femina, mà da vna sola banda produce vn' vno, donde esce vn' humore prolifico, e fecòdo, in forma di latte. Nasce nel fango, ch' incomincia à putrefarsi, ouero nella schiuma, che longamente si ferma intorno i nauilij. Non può viuere fuori dell'acqua, quantunque non riceua in se aria, ò altro humore : non si può muouere da luogo à luogo, se ben sia staccata, non hà senso, mà secondo il moto della Luna si accresce, e si diminuisce. Si gode della peregrinatione, e d'essere portata in acque lontane, e particolarmente alle bocche de' fiumi. E desiderata nelle tauole de' Principi, e si troua di varij colori. Ne i mesi, che non hanno la R. non è buona, perche vā in amore, & perde il sapore. L'ostrega fù chiamata da
gli

gli antichi delitiosa, & schiumosa. Le più lodate erano quelle del lago Lucrino.

Nascono l'ostreghe nel mare, & ne' fiumi; quelle del mare sono più grosse di conca, & dentro hanno manco da mangiare, & quelle de' fiumi sono minor di conca, & dentro hanno più latte, in modo che la differenza loro si toglie da' luoghi, oue nascono, & dal nutrimento che pigliano auanti il spuntare del Sole, & per questo quelle, che nascono in luogo, oue il Sol le può scaldare, sono migliore di quelle, che nascono in luoghi ombrosi. La conca dell'ostreghe abbruciata, & ridotta in poluere sottilissimo, fa banchi i denti, se con essa saranno fregati. Vuole Aristotile, che'l latte dell'ostreghe porti prole, in modo, che se sarà sparso in Mare, di quello verranno a generarsi dell'atr'ostreghe, come vogliono alcuni, che si facci il medesimo dell'acqua, doue saran cotti i fongi, che sparsa in terra, nasceranno de gli altri fongi.

I Tonni sono pesci marini, delli quali se ne fa la somma. Dice Galeno se ben che i freschi siano buoni, & diletteuoli, nondimeno li salati sono migliori: similmete le palamide sono migliori salate.

Dicono che il pesce Tonno, inanti sij chiamato con questo nome, muta tre specie; perche subito che'l voua sue son mature, si chiamano da Latini cordilla: e poi si transmutan in vn'altra natura, chiamata Limaria, & indi nella sua adolescenza, si cangia in pelamidi: ma subito, che acquista più della misura d'un piede, si domanda Tonno. Vengono nel mar di Sicilia, scacciati dal pesce spada a schiere dall'Oceano, e dopò due anni si cangiano in orcyue, o sian Tarantelle, e in Pampali, o Pampili.

Di

Tonno.

BENZO.

Galeno.

Palamide.

BERTALDO.

DO.

Tonno muta

tre specie.

Cordilla.

Limaria.

Pelamide.

Galenó.

Di questi pesci se ne porta à noi da Genoua de freschi, & non salati: molto desiderati da grandi, così ancora de' salati, più celebrati da Galeno nel terzo de Alimentis, che i freschi: così dicendo, Huiusmodi pisces, qui in cataceorum genere recensentur, dura carne sunt præditi: quam obrem, & prauis sunt succi, & excrementitium præbent alimentum. Quapropter sale macerata plerumque eduntur, quòd inde alimonia tenuior facta, ex ipsis in corpus distribuatur; ob idque fit coctioni, & sanguini faciendo accommodatior. Nam recens horum caro, ni admodum probe concoquatur, magnam crudorum succorum copiam in venis congerit.

Il Gionio dice ch' il salato genera molta bile, che infama il sangue, e che accende il fegato. Le pelamidi nutriscono molto, mà tardi si digeriscono, e moueno l' vrina: il simile fanno i Lacerti, e Scombrì, e l' Amie, ò siano Bize. Il fegato del Tonno ritarda la pubertà. Del Tonno salato à noi se ne porta del grasso, & magro: il grasso se ben sij delicato al gusto, è più nocino allo stomaco, che non è il magro. Mà meno sapo ito.

Creac.

In Prouenza ne fanno di due specie, l'vna chiamano Tonno, ò Tonine, & l'altro Creac, & in Latino *Burdus*: sono di difficile digestione, come sono le carne grosse.

PISANEZ

LI.

Elettione.

Che sia giouane, che sia del mese di Settembre, e si deue prendere più tolto la carne magra, che la grassa.

Gionamensi.

La sua carne fa ai morsi de' cani rabbiosi. Il suo ventre, ch'è grassissimo, come quello del porco, è molto desiderato nelle tauole.

Genera

REGOLE DELLA SANITA 523

Genera molto escremento, tardi si digerì. *Nocumensi.*
 Sce, accresce la flemma, e graua lo stomaco.

Quando è conseruato con sale, si fa meglio. *Rimedio.*
 re, e fresco si cuoce sù la graticola con aceto,
 coriandro, sale, e molte spetie.

E freddo nel primo grado, & humido nel
 secondo. *Gradi.*

Non si deue mangiare, se non l'Autunno, *Tempi, Età,*
 l'inuerno da' giouani, e da i colerici, e da quei, *Complexioni.*
 ch'hanno buono stomaco, e che fanno molto
 esercizio.

Il Tonno è detto da' Greci Thynnus, e da' Latini
 Thinnus: ne i giorni caniculari è molestato da vn
 vermicciuolo, come Tasano, e però in quel tempo si
 hà da fuggire: vsa il coito nel mese di Febraro, e par-
 torisce nel solstitio della state, solamente in Ponto, e
 non altroue, & in pochi giorni cresce, perche tutti i
 pesci presto crescono, e massimamente in Ponto. Quà-
 do nasce, si chiama Cordilla, poi Limosa Pelamide, e
 come hà finito l'anno, Tonno. E crudele, perche man-
 gia i proprij figliuoli: vede più con l'occhio destro: che
 che c'è il sinistro: mangia solamente carne, e ghiande.
 Tanto cresce che crepa, e non viue se non due anni al
 più; della sua carne salata si fa la tonnina, e'l Taran-
 zello, e l'roua si salano, e se fanno Bottarghe. Non
 hà se nò vn'occhio, e però nuota con quella parte do-
 ue hà l'occhio huouo, verso terra.

Vuol il Pisanelli, che'l Tonno, & la Palamia
 siano vn medemo pesce, cioè, che quando è piccolo, si
 domandi Palamia, & quando è grosso, si domandi
 Tonno: cosa, che mi par verisimile: poiche le Pala-
 mie, i Scombrì, & gli Orcini stanno sempre così, &
 non passano, crescendo, in altra spetie di pesce, si co-
 me

524 REGOLE DELLA SANITA.

me non mi par vero, ch'egli habbia saluo vn'occhio, perche ne hà due, come si vede per esperienza.

Sarda.

BENZO. Le sarde, è sardelle trà i pesci salati, sono preciosissimi; per cagion della molezza, & delettatione loro.

BERTALDO.

Le sarde si portano à noi salate, fritte (prima con l'oglio) nelle ceste, & sono assai saporite; ma sono più nociue, che quelle di mezza sale, & ancor meno nuoceno quelle accòcie, comel'inchioda, le migliori de tutte, sono le fresche: vengono dal mar Oceano, nel Ligustico, & vano vagàdo per la costa d'Africa, sino nell'Egitto. Il Quercetano loda più la salata, che la dolce. Di simil natura sono le anchioe: tutte le spetie de Apue chiamate nonnè: i marstoni, i bianchetti, l'ionili, le melete, i lattarini, le varenge, de di Marfiglia, & altri simili.

PISANELLI.

Elessione. Che sia del mese di Marzo, ò d'Aprile presa in mare arenoso, e non fangoso, e che subito presa sia cotta.

Giuuamenti.

E di delicatissimo sapore, dà buono nutrimento, e co'l sale conseruarsi longamente, e di uine ottima per lo stomaco contra le flemme.

Nocumenti.

Genera vn poco di ventosità, massime se si mangia la sua spina, & hà ancora dell'humido.

Rimedio.

Cuocendosi sù la graticola, dètro vn foglio di carta con oglio, petrosello, & coriandoli: ò con sale, & origano per alcuni pochi giorni cōseruandosi.

Gradi.

E fredda nel principio del primo grado, & humida nel fine del medesimo.

Tempi, Età, Complessioni.

Nel tempo della Primavera, questa conuiene à tutte l'età, & à tutte le complessioni, purchè se ne mangi troppa quantità.

REGOLE DELLA SANITA. 525

La Sarda è molto conosciuta, perche in ogni luogo si troua, ò fresca, ò salata; quando è piccolina, si chiama membrada, poi sardina, e poi sarda, mà solamente in mare viue, e si piglia quando è sardina si sala, e volgarmente si chiama alice, ouero ancioa; partorisce due volte l'anno, e quando entra in Ponto, non ritorna à dietro, mà entrando nel fiume Istro, e per i luoghi sotterranei, e meati di quello, passa nell' Adriatico. Si gode dello strepito della musica, e con quello si vede saltare, & vscire del mare, e si piglia con le foglie della bieta. Le sarde salate risuegliano l'appetito, e nettano lo stomaco dalla flemma, e però se ne dà tal volta a' conualescenti per primo pasto.

La sarda, la sardina, & l'agone sono tutte d'vna medesima spetie. Quando ella è grossa, si domanda Agone, quando è picciola, sarda, & quando è minore sardina. Onde Fracastoro dice.

Sardellarumq; cateruæ his est maior Ago.

E buono pesce, risueglia l'appetito, & dà buono nutrimento Vogliono alcuni, che l'alice, ò sia ancioa sia della medesima specie delle sardine, è però migliore, & dà nutrimento più lodeuole. Si deuono tutte mangiare al principio del pasto, & auanti gl'altri cibi. Il capo della sardina serue per supposta à i figliuoli, che patiscono dolore di ventre.

E il stochfis vn pesce, ch'alcuna volta è trasportato da Norueggia, doue viene in copia nell'Italia, & è pesce marino, di generation di Molachie, che non hanno squame, ne teste dure; mà hanno la codiga dura, come el Polipo.

Dura per anni, come fanno alcun'altri salati:

Stochfis.

BENZO.

Vini.

ti: Mài inanti che cuocerlo, bisogna in prima smacarlo, & azzacarlo molto bene, con mazzette di legno, & indi si taglia in pezzi, & s'aleffa: & il cibo saporoso preparandosi con buone spetie, & è di buono, & lodabile nutrimento; & perche nelli di feriat, alcuna volta vsiamo le limache, in vece di pesce; perciò ne farò mentione nel seguente capitolo.

BERTALDO.

Merluzzo.

Arenghi.

Il Stochfis, ò Asellus de Latini, è poco differente dal merluzzo; perche il stochfis, è essiccato per vigor del freddo, & il merluzzo si sala, & si secca al Sole: è di dura digestione, & è cibo de Settentrionali; perche si piglia in quei mari: portano ancora da quei mari à noi il merluzzo, il quale s'usa da Gregarij ne' tempi quadragesimali, battuto prima, & indi macerato nell'acqua, & poi bollito, & s'acconcia fritto nella padella, con le cipolle, pepe, & agrumi: è di dura digestione, & di poco nutrimento; mà fresco nutrisce assai più, & è lodabile: varie sorti ancora depingono de merluzzi, cioè il Mollo de Venetiani: il Marlengues raro del Bellonio, l'Eglefisch d'Inglesi, il Schetfische di Colonia, il Goberge dell'Oceano, la Molua Muschebout, ò sia Ling d'Inglesi, ò Codlyng: E il morhuel com' ancor il carbonario chiamato colesfisch: l'Anthias del Rondoletto: il pesce Fico, ò il lepre de Napolitani, quali sono tutti d'vn'istessa natura.

Arenghi vecchi.

Portano ancora li Arenghi seccati al fumo, ò vero bianchi, acconci, & riseruati ne' barilli, quali generano pessimo nutrimento, & melanconico, & sono difficili à digerire. Come ancora le Menole, quali il Gesnero le fa purganti; perciò i Massiliesi le chiamano Cagarel.

Si deue hauertire da quei, che longo tempo sono conseruati;

REGOLE DELLA SANITA. 527

conservati; perche offendono le viscere naturali, & sono di mal nutrimento. Lodano molti il friggerli, & indi mangiarli co'l vino cotto, & vn poco d'aceto. I Quercetani dice che l'Halech, e la sarda, ò vero richia, che non sono differenti, se non nella grossezza del corpo. I freschi non sono biasmati.

Le Lumaghe, benché habbiano la carne difficile, à digerire, pur quando si digeriscono sono di buono, lodabile, & restauratiuo nutrimento. Conferiscono al petto, & al polmone, & propriamente confortano il fegato, & appro-
Lumaghe.
BENZO.

Giouano alli etnici, & consumati: perche generan nutrimento viscoso, difficile, resolubile dal calore de gl'etnici: mà prima che siano reparate, vogliono esser ben mondate, & lauare dalle sue viscosità.
Preparationi.

Il miglior modo, che sia di prepararle, è che siano riposte con la sua testa, ò scorza à bollir in vna caldara, che sia piena d'acqua, posta sopra al fuoco, & lassarle bollir tanto, finche comincia à trar vn boglio, & indi cauato le fuori, & li taglia il capo, & petto che serano fuori del loro scorza, & sequestrarle, & diuiderli da' moi interiori, & indi si deuono ben riuoltar nelle ceneri, & lasciarle star sin tanto, che habbiano ricenuta, & imbibita la sua viscosità.

Et poi deuono esser ben fricate, con le mani, & indi tanto volte lauarle, sin tanto che habbiano perso tutto la loro viscosità, & poi si deuono fricar co'l sale, & acqua calda, & poi con aceto, & finalmente siano ritornate à lauare, & infrescare nell'acqua fredda, in modo che rimanga:

mangano bianche, nette, & ben mondate dalle sue viscosità: Così si pono alessare, ò friggere ò in subtesticij, ò in brodetti apparecchiarle, come si vuole, e con diuersi sapori, & spetie con dirle, secondo li varij modi di prepararle.

BERTALDO.

Vsitatissime nell' Inuerno sono le Lumaghe nel tempo quadragesimale nel Piemonte, si condiscossù le ceneri, così viue: ò vero sù le graticelle, cotte prima nell' acqua, & indi mettendoui oglio, sale, pepe: ò vero fritte nella padella: ò cotte con l' acqua & oglio, & cipolle, & così sono tenute le migliori.

Si pigliano quelle conseruate nell' Inuerno; perche le vernali sono troppo escrementose. Se ne fa vn' acqua per l' ettici, & consumati: preparate, come dice il Benzo, & mescolandoui capel-venere fresco, ò vero il Ros solis; per li tifici. In Francia vsano per viuanda le picciole verdi, che dimorano sù le siepi, & i Piemontesi hanno alettato i Settentrionali à mangiar ranocchie, e lumaghe.

PISANELLI.
Elezione.

Che sia colta in luoghi montagnosi, che sia lontanada paludi: c'habbia pasciuto herbe odorifere, sia purgata: sono anco buone quelle delle vigne.

Gionamenti.

Gioua allo stomacò, & è grata al gusto, nutrisce assai, è ottima per i Tifici, e smorza l'ardore della colera, e la sete: e prouoca il sonno.

Nocimenti.

Si digerisce tardi, e facilmente si conuerte in flemma, e nuoce, à chi patisca di Renella.

Rimedio.

Cuocendosi bene in còpagnia di herbe odorifere, come menta, petrosello, e calamento, e con aglio, e con oglio: mà che sia molto ben cotta.

Efred.

REGOLE DELLA SANITA. 545

E fredda nel primo grado, & humida nel se- *Gradi.*
condo.

E buona ne i tempi freddi, quando è ben *Tempi, Essi,*
purgata, per i giouani, per i colerici, & per quei *Complexioni.*
c'hanno il calor naturale gagliardo.

La lumaga si fa ch'usa il coito, mà se di coito si ge-
neri, ò di putrefattione, ancora è in dubio appresso gli
scrittori: stà nascosta nel tempo dell'inuerno, e nella
bocca sua fa vn coperchio tanto duro, che pare che sia
di gesso, e queste così coperchiate sono le migliori di
tutte l'altre. Anticamente erano tanto grate nelle
tauole, che le conseruauano ne i vinarj, e le ingrassa-
uano con sapa, farro, & altro cose. Auertiscasi so-
prà tutto, che siano colte in luoghi, che nõ siano fan-
gosi, e che non habbiano mangiato herbe cattine. Di
ciò sarà giudice l'odorato, e il gusto: come non puz-
zano, non hanno cattiuo sapore, e se sono ben purga-
te, ben apparecchiate, e ben cotte, non sono di cattiuo
nutrimento. Il suo sugo muoue il corpo. Le migliori
sono quelle, che si colgono ne gli Spinetti.

La lumaga, che noi mangiamo spesso, per dar' al
corpo nutrimento, può ancora portare giouamento,
& medicina, massime à tifici, a' quali l'acqua del-
le Lumache stillata, & beuuta al peso di mezza li-
bra, la mattina à digiuno, corrobora mirabilmente il
fegato, & dà rimedio alla magrezza, & all'estenua-
zione loro.

L'oglio delle lumache vale al dolor delle gionture,
che sia causato da cattaro, ò vero dal mal francese,
& fa crescere i capelli cascati, & li fa diuentare
biondi. Chiamasi la Lumaca de' Venetiani Bowalo,
da' Spagnuoli Caracol, & da' Francesi Limasson.
Facciasi così quest'oglio. si piglino cento Lumache, &

M m

massime

massime di quelle, che montano per gli arbori, & pestino nel mortaio, & aggiungendoui vn pugno di sale, si mettinno poi in vna tasca in luogo caldo, & l'humidità, che distilla, si raccoglie, per fare la sopradetta cura. Sono parimente buone per il mal caduco, donde si legge i seguenti versi.

Quarito cū duro quas gesto corpore dotes.
Cui spuma Herculeo defluit ore malo.

Testudine.

BANZO.

Le testudini sono di molte generationi, alcune sono marine, & altre d'acqua dolce, & alcune campestri; delle maritime, alcune sono grandi, & alcune picciole, & della tabella, ò testa delle grandi, alcuna volta se ne fanno scudi: & alcuna volta vengono in tanta grandezza, che della conca, come dice Alberto, se ne fa vna naucella, qual serue alle grandi nauì. Delle maritime nessuna s'vsa in cibo, ne tan poco per nutrimento.

Non è buona la testudine d'acqua dolce, ch'è con la testa negra, & longa coda, non è ad vso idonea. Se ben ch'alcuni poveri la mangiano alcuna volta, & è cibo inutile, & habomineuole.

Testudine campestri.

Le testudini campestri, che sono ne gli prati, & selue, sono di buono, & lodabile nutrimento, & cibo di gentil'huomini, quali non altramente, anzi con maggior desiderio, fanno la cazza per le testudini cō i amaestrati cani, che fariano per le quaglie, & per perdici. Si acconciano alessò, tagliati prima li piedi superiori, & inferiori, e la testa, il collo, & l'voua di queste testudini sono concedute à gl'ettici, & consu-

REGOLE DELLA SANITA. 547

consumati; perche sono impinguatiue, & re-
stauratiue.

Della testudine se ne fa il syropo d' Antonio BERTAL-
Guaynerio di Pavia, molto celebre per li sopra DO.
scritti mali, & se ne fa confettioni, & consumati Viris.
per l'istesso effetto. Le maritime sono biasmate. PISANEL

Che sia grossa, piena d'oua, e di buoni cibi LI
pasciuti in casa auanti che si mangi. Elezione.

Dà grandissimo nutrimento, gioua grande-
mente a i tifici, & a gli estenuati. Giouamenti.

E di tardissima digestione, genera sangue
grosso, e flemmatico, e fa gli huomini pigri, e Nocumenti.
dormigliosi.

Cuocendosi tanto che sia benissimo cotta, e Rimedio.
buttando via la prima, & la seconda acqua, &
apparecchiandosi con herbe calde, & con
spetie.

E fredda nel secondo grado, & humida tē- Gradi.
peratamente.

E buona ne' tempi caldi, per i giouani, per i Tempi, Età,
colerici, e per quelli che durano grandissima Complezioni.
fatica: mà vuole esser ben cotta, e ben apparec-
chiata.

Nessuno animale, c'habbia le penne, le squam-
me, e la scorza, hà le reni, se non la Testudine, la qua-
le hà la carne di tanta viuacità; che se bene se gli ta-
glia il capo, e se gli caua il cuore nondimeno sopraui-
ue per molto spatio di tempo. Dà vn fischio breue, e
sottile. Partorisce l'oua con dura coperta, è di due
colori, come sono quelle de gli augelli: le sepelisce in
terra, e spesso visitàdo le coua, & in capo di vn' an-
no fa vscir fuori la sua genitura. Della sua carne
cotta se ne fa vn pesto per gl'infermi, ch'è di gran-

M m 2

diffimo

diffimo nutrimento, e rinfresca assai, & gioua à gli ettici.

Sono le Tartaruche di più sorte, alcune sono marine, alcune de' fiumi, alcune de' stagni, & altre de' boschi: & tutte hanno la medesima qualità, & danno il medesimo nutrimento, cioè freddo, & humid: perciò conuengono à gli ettici, & tifici.

Vale ancora la decottione della tartaruca al prurito, ò sia rognà secca con prurigine di membri particolari, ò di tutto il corpo, perciò che lauandosi con l'acqua, ou' ella sia stata cotta, lo guarirà incontinente.

Scrue Palladio, che pigliando vna tartaruca nella man destra, & portandola rouerscia à torno à vna vigna, ò à vn campo, & lasciandola poi così rouerscia cascar in terra, & coprirla d'essa terra, impedirà, che la tempesta non farà danno à quella possessione.

Luccij.
BENZO.

I Luccij sono pesci rapaci, & è il Lucio re' de' pesci in le acque dolce, come è il Delfino in mare, & è buono in la generatione delli pesci, è di lodabile, & secco nutrimento, è secco senza mucosa superfluità. Quando sono pigliati in viue fonti, & correnti fiumi; mà nelli stagni, & grosse acque, perdono la bontà per l'otio, & per la grassezza, come si diceua della Trutta: l'vno, & l'altro sono pesci di velocissimo movimento, & di grande esercizio. Della Trutta è chiaro, che l'ascende per li raggi dell'acque, quali velocemente discendono da li sassi, e rupi.

PARTAL-
DO.
Luccio

Il Luccio vuol esser mediocre, fresco, & grasso, tolto ne' fiumi, ò vero laghi non fangosi: il suo correttiue: l'origano, & l'aceto: manco nocini sono quei
de.

REGOLE DELLA SANITA. 549

de' fiumi; perche sono più digestibili: sono di dura digestione, di cattiuo nutrimento, grauanano lo stomaco, & molticano la flemma.

Le sue mascelle abbrusciate, & ridotte in poluere, & beuute al peso d'vna drama coa vino bianco rompono la pietra.

In Piobes vicino à Torino, vi sono certe lagune, nelle quali ci generan molti di questi pesci nell'estate, & restano quelle asciute, molti portano di quel fango per ingrassar li loro campi; & venendo poi quantita d'acqua pluuiale, e qual non hauendo libero disco so frà alquanto tempo si riuouano dentro detti campi gran quantita de Lucci; il ch'è segno che l'vna eran riserua e dentro detto fango, da i quali si generan. Scrive Ollao Magna, che nella Lapia, & nella Finlândia, che vi sono laghi di CCCC. miglia Italiane, e larghi C. pieni di Lucci in tanta quantità, che bastaria per quattro regioni Settentrionali. PLSANEL

Che sia di fiume, s'è possibile, ò di laghi, che LI. non siano pieni di fango, che sia grande fresco, Electione. & grasso.

Dà molto nutrimento, & le sue mascelle abbrusciate, & fatte in poluere, e beuute in vino al peso di vno scudo rompono la pietra. Giouamensi

E di dura digestione, di cattiuo nutrimento, & aggraua lo stomaco moltiplicando la flemma. Nocumensi.

Cuocendosi à lessa insieme con herbe odorose, e con oglio, & poi mangiandosi co'l sapore bianco: ouero arrosto sù la graticola con origano, & aceto, e pepe. Rimedio.

E freddo, & humido nel secondo grado.

Questo è pasto graue, e però conuiene l'in- Gradi. Tempi Età. Complezioni.

M m 3

uerno

550 REGOLE DELLA SANITA.

uerno à i giouani, a' colerici. Mà quando è preso in fiume, è molto manco nociuo, e più digestibile.

Il Luccio, si comè sempre con la Tenca viue, e prende; così ancor' esso da gli antichi non è stato nominato. Non si troua in mare, e ne' fiumi pocchissimi, e vari, mà ne' laghi e ne' stagni sono copiosissimi, e stanno volentieri in luoghi fangosi. Nel Tenere non se ne pigliano dieci l'anno, e quelli sono teneri quanto è il late; il Luccio partorisce di Maggio, e si piglia d'ogni tempo. E carniuoro, atroce, e crudele, mangia gli altri pesci, e massime della sua specie sana le sue ferite, co'l toccare la Tenca. E cattiuo per gl'infermi, contra i Medici da dozzena, che ardiscono di darlo con poco giuditio, & manco discretione.

E ancor' il Luccio vile, & più presto buono per la plebe, che per gente nobile, & civile, del qual scrivendo Ausonio, dice.

Lucius obscures vluu, cœnoque lacunas,
Obsidet, hic nullos, mensarū lectus ad vsus,
Feruet fumosis olido nidore popinis.

Si diletta di mangiar carne, & è molto vorace, & tirranno, mangiando ogni cosa, che se gli appresenta auanti. Scrive vn Pollacco in Craconia hauer aperto vn Luccio, nel quale vi trouò due picciole auadre. Et vn' altro dice, che nel Rodano, andando vna mula à bere, se gli attaccò vn Luccio all'abbro di sotto, che spauentata si messe à fuggire, & sbattendo il capo, cascò in terra il Luccio, che preso pesò ventisei libbre, essendo le libbre loro di sedici oncie.

Il fele del Luccio messo sopra i calli de i piedi, li guarisce.

REGOLE DELLA SANITA. 551

il Sturione si ritroua hor in acqua salsa, & hor Sturione.
nell'acqua dolce, & alcune volte (se ben di rado) BERTAL.
nel Pò vicino à Torino. Dicono che sono caldi nel DO.
principio, & humidi nel secondo. I più lodati sono
i grassi tolti nell'acqua dolce. N o triscono assai, au-
gmentano il coito, rinfrescano il sangue: il correttio-
uo di tuor viscosità, è il cinamomo, & l'aceto. Quā-
do è picciolo si chiama porcella, & credo che l'A-
uollate, che sono nel Pò, ch'hanno spine sul dorso
siano di simil natura, come ancora le Sceuole, che
ini vengono. L' Attilo, ò L' Adello ancora de gl' An-
tichi è spetie di Sturione, come sono tutti l' Antacei,
& il Colpesce: se l' Accipenser sia il Sturione, che hà
le squame riuoltate verso il capo non si rà il ceruo.

Dell' noua del Sturione se ne fà il Caviaro, salan- Caviaro.
doli prima, & si mangia nella quadragesima: cot-
to, e crudo: incita l'appetito, e fà gustar il vino.

Che sia preso ne i fiumi, perche quiui si fà PISANEL
più grasso, e più saporito, che nel mare. Che sia LI.
di state si mangi la pancia principalmente. Electione.

Si stima nelle tauole per cibo lautissimo, e Giouamenti.
pretiosissimo, e che tenga il primo loco. Nu-
trisce assai, accresce il coito, e rinfresca il
sangue.

Nuoce à gl'infermi, & à i conualescenti, per Nocumanti,
che hà la carne grassa, & genera humor viscoso,
che tardi si digerisce.

Cotto à lessò nell'acqua, & aceto, e poi man- Rimedio.
giato con sapor bianco, che sia acetoso con vn
poco di cannella dentro.

E caldo nel principio del primo grado, e hu. Gradi.
mido nel secondo.

E buono ne' tempi caldi per ogn'vno, eccet Tempi, Età,
M m 4 to che Complezioni.

to che per i cattarrofi, e per quei che patiscono dolori nelle gionture.

Lo sturione, quando è picciolo si chiama porcelletta, e quando è grande si chiama sturione, ma però non sono specie differenti. Si troua in Mare, & in fiumi, perche dal Mare va all'acqua dolce. Partorisce la state, così in Mare come ne' fiumi. Non si pasce di pesci, ma di escrementi, e di grassezza, e di cose minute, che troua: si piglia tutto l'anno non con hami, a quali non si accosta, ma con reti. Auanza di sapore tutti i pesci di Mare, & di fiumi. Delle sue oua salate si fa il Cauiale, che si porta in mercantie, e si mangia cotto, e crudo, se ne fa assai nel mercato di Tana appresso il fiume Tanai, & è ottimo per suegliar l'appetito, e per far bere con gusto, e della polpa se ne fanno gli schenali, che sono salati, e secchi al fumo.

Scriuono i naturali, che'l Sturione non viue di pesce, ma di escrementi della terra, i quali cana col grugno, come fa il porco, & è saporitissimo, massime se si mangia con la sua salsa, la qual si fa con vino, zuccaro, vna passula, pepe, garofoli, & zenzero. In Anuersa ne pigliano in tanta quantità, che ne salano in pezzi i barili pieni, come si fa della Tonnina, & della polpa fanno schenali, tanto lodati da i golosi, & da color, ch' appetiscono di beuer bene.

Spigola.

BERTALDO.

La spigola (ò sia Louazzo) è fredda, & humida nel secondo grado: ha la carne bianchissima, e di sapore suauissimo, genera humori freddi, & è di sottil sostanza: Dicono che ha vna pietra nella testa, che scaccia le renelle, & rompe la pietra il suo correttiuo è l'aceto.

Di simil qualità è il Luccio marino chiamato Spetto, come

come ancor il picciolo detto Hautin, & il Lampugo de Sauoiardi.

Che sia candidissima, e molliſſima, e ſi chia- PISANEL'
ma Lanati, e che ſia preſa nel Teuere, trà li due LI.
ponti, d'inuerno, e ſpecialmente del meſe di *Electione.*
Gennaro.

E di ſapore delicatiſſimo, e molto grata nel Gionamenti
le tauole, e rinfreſca aſſai, generando humor
freddo, e ſottile di ſoſtanza.

Nuoce quando è graulda, perche genera Nocumenti
molti eſcrementi, & in ogni tempo, per eſſer aſ-
ſai humida, nuoce à cataroſi.

Cuocendo ſi ſopra la graticola, à fuoco lento, Rimedio?
bagnando ſi con oglio, aceto e ſale, ouero in ac-
qua, e aceto, e poi mangiando ſi con ſapor bian-
co acetoſo.

E fredda, & humida nel ſecondo grado. Gradi.

Il tempo della ſua perfettione, è il meſe di Tempi, Età,
Gennaro, onde ſi dice per prouerbio. Genna- Compleſſioni,
ro ſpigolaro, & all'hora conferiſce ad ogni età,
e compleſſione.

La Spigola ſi chiama da' Greci Labrax, & Li-
cos, in Toſcana Ragno, in Veneſia Varolo, in Gene-
ua Louazzo, in Napoli Spinola, hà la lingua d'oſſo,
vna pietra nella teſta, & il cuore triangolare: na-
ſce nel mare, mà entra ne' fiumi, e nuora quaſi ſo-
pra l'acque; partoriſce due volte l'anno, mà l'ultimo
parto è di poca vita. Mangia carne d'altri peſci, è
rapace, vorace, crudele: rode la coda del Ceſſalo,
co'l quale hà ſcambieuole inimicitia, eccetto che'l
Giugno, il Luglio, e l'Agosto, nel quale tempo uiuo-
no inſieme con grandiffima concordia. Quando è
ſircondata dalle reti, con la coda ara, e cana l'arena,
e coſi

554 REGOLE DELLA SANITA.

e così abbassandosi fugge la rete. Quando è ferita dall'hamo, fa la ferita maggiore, e caua l'hamo, e finalmente è ammazzata da' gambarelli, che molti n'inghiottisce, & essi co'l corno acuto, che hanno in fronte la feriscono. Da i Latini è detta *Lupus*.

Questo pesce è chiamato da' Latini *Lupus*, per causa della sua voracità; teme molto il freddo, per il qual spesso muore. Mangia carne, alga, & fango, partorisce due volte l'anno, onde Oppiano dice. *At bis lucinam labrax toto inuocat anno*. Vuol Galeno, che'l suo fegato rostito, di miglior nutrimento, che quello della gallina.

Orata.
BERTAL-
DO.

L'Orata è calda temperatamente; & secca nel primo grado, si loda quella tolta nell'Inuerno, & in alto mare: genera copioso, & lodabil nutrimento, accresce il coito à chi la digerisce bene; perche è vn poco difficile à digerire. Il suo correttiuo è il zafferano, vua passa, specie, & herbe odorate. Il suo fiele aumenta il desiderio del coito. Di simil natura è il sparlo di tutte le sorti, la Tanada, ò Canzena, il Sergone, e l'Occhiata.

PISANEL
LI.
Electione.

Che sia presa d'Inuerno, in alto mare, e non in altro tempo, ne in mare morto: si lodano quelle, che sono prese ne i mari di Levante.

Giuamenti.

Dà copioso, & buono nutrimento, à chi la digerisce bene, e sana i veleni naturali, & accresce il coito.

Recamenti.

È difficile à digerirsi, perche hà la carne molto dura; per chi hà lo stomaco debole.

Rimedio.

Cuocendosi in acqua, & oglio, con zafferano, specie, vua, passa, & herbe odorifere, ouero sù la graticola, ò amarinata.

Nel

REGOLE DELLA SANITA. 555

Nel caldo è temperata, mà è secca nel primo grado.

E buona l'Inuerno, perche è più saporita, conferisce a' giouani, & à quei che sono di calda complessione, di gagliardo stomaco, di grãd' essercitio.

L'Orata acquistò questo nome, perche hà le ciglia di color d'oro, e da' Greci fù detta Chrysophrys, ma i fianchi sono di colore d'argento. E pesce di mare, mà viue appresso à i liti. Partorisce la state vicino alle bocche de' fiumi: e stà mentre dura il feruore della state, nascosta nel fondo delle acque per 60. giorni, come impatiente del caldo: è stimata molto nelle tauole, è tenuta per pesce nobilissimo, e viue solo di carne d'altri pesci. Alcuni dicono, che si troua ne i laghi, mà appresso gli Scrittori non se ne fa mentione. Sergio Orata fù il primo che conseruasse l'Orate ne' viuarij, onde prese questo nome. Sono questi pesci più timidi de gl' altri; perche si nascondono sotto le radici de gl' arbori, che sono ne' liti, e co'l batter le frondi si spauentano, & si pigliano, facilmente.

Fanno i pescatori differenza frà le dorate, per la grandezza loro, imperocche quella, che non arrina ad vn palmo di loghezza da' Prouenzali si chiama Saugene, & quella, ch' arrina ad vn palmo Danrade, & quella di mezzo, Moiane. La nostra Dorata à Parigi, è chiamata Brame de mer, & quella, ch' appresso di loro si dice Dorada, è la nostra Rotula. Del pesce Dorada scriue Martiale.

Non omnis laudem, pretiumque Aurata meretur.

Sed cui solus erit concha lucrina cibus.

*Capon pesce.*BERTAL-
DO.

Il Capon pesce, è Mullo è freddo, & humido moderatamente. E' pesce molto sano, & di gran nutrimento: hà la carne dura, & difficile à digerire: il suo correttivo è il sugo d'aranci. Ancora sono simili la Lucerna de Venetiani, il Male armato de Genouesi: le Rondini, il pesce Prete la Bocca in cà.

Il Dentale vien di Schiaunonia, & lo condiscono in gelatina, con l'aceto, sale, & molto zafferano, & tagliato in pezzi, lo mandano in altre parti: graua lo stomaco debole, difficilmente si digerisce, nuoce à vecchi, e flemmatici: e buono con l'aceto per i giouani, & colerici, di simil natura è il Mormillo, ò Mormo il castagno.

PISANEL

LI.

Elessione.

Che sia grasso, & preso nella costa di Amalfi, ouero in Schiaunonia, & acconciato in gelatina.

Gionamenti.

Dà copioso nutrimento, mà s'è molto grasso non nutrisce tãto, si digerisce meglio Stringe il corpo.

Nocumenti.

E di tarda, e difficil digestione, & aggraua lo stomaco, massime che sia debole.

Rimedio.

• Cuocendosi nell'acqua con molto oglio, e sale, ouero arrosto bagnandolo spesso di oglio, e di Agresta, ouero facendosiene la gelatina.

Gradi.

E caldo nel primo grado, e secco nel secôdo.

*Tempi, Età,**Complexioni.*

E cibo delicatissimo per l'inuerno, per i giouani, e per i colerici, mà non per i vecchi, e per i flemmatici.

Sono i Dentali chiamati da' Greci Sinodi e da' Latini Dentices: quando sono piccioli nuotano, e viuono separati, e solitarij dalla sua specie: mà quando sono in età confirmata, stanno sempre in compagnia, e così ingannano i pescatori, che co'l cibo cercano prendergli.

gli, essi stando insieme, e r. dotti in giro si danno il segno l'un all'altro, e si ammoniscono, che nessuno vada a pigliar quel cibo: ma quei che vanno soli, facilmente si prendono, il che è in proverbio appresso i pescatori. Gli Schiauoni li tagliano in pezzi, e li cuocono con l'aceto, sale, e molto zafferano, & in gelatina li portano tutto l'anno a vendere per Italia.

Il dentale da' Greci è chiamato Sinodonte, o vero Sinagride, & è quello istesso, ch' i Genouesi chiamano Pagaro, dice si dentale, da due denti grandi, che tiene in bocca, come quelli de' porci, & hà i denti in tutte due le mascelle, come l'huomo, per il che trà tutti gli altri pesci, egli solo mägia carne, come vuol Aristotile. Hà nel capo vna pietra, che dicono valere al dolor renale, et si chiama Sinodontide.

Il Frangolino è humido nel primo, & è temperato nelle qualità attive: si mangia fresco nell'inverno, hà la carne delicata, tenera, & facile a digerirsi, e nutritiua, eccita ancora il coito: il suo condimento è il sugo d'aranci, e pepe, l'agresto, & l'erbe odorate: putrefatto nel vino lo fa venir a noia, come ancor l'Anguilla soffocataui dentro.

Se bene è buono d'ogni tempo, nondimeno è migliore l'inverno, mangiato con tre conditioni, che sia fresco, fritto, e freddo.

Hà la carne tenera, saporita, facile a digerirsi, genera buono nutrimento, & è molto salutare a chi l'vsa di continuo.

Cuocendosi fritto, e condendosi con sugo d'aranci, e pepe: ouero arrostito si mangi caldo co'l sugo d'agresta.

E temperato nelle qualità attive, mà è humido nel primo grado.

Que.

Frangolino.
BERTALDO.

PISANELLI.

Giouamenti.

Nocumenti.

Rimedio.

Gradi.

Tempi, Età,
CompleSSIONi.

Questo pesce, è migliore l'Inuerno, che in altri tempi, à tutt'età, & compleSSIONi, purchè si mangi in conueniente quantità.

Il Frangolino, ch'è di colore rosso, simile alle fraghe, fù detto da' Greci *Erythrinus*, à Venetia si chiama *Arbore*: è da' Latini *Rubelli*. È pesce di mare, ne si troua in acqua dolce, mà si bene appresso il liti del mare: e subito ch'è nato, si vede pieno d'oua, e perche tutti si veggono essere ad vn modo, però si crede, che siano tutte femine: e questa grauidenza si vede la State, e però sono migliori l'Inuerno. Eglino mangiano carue d'altri pesci, e massime di gambavelli, e non sono vagabondi, mà vanno in compagnia de gl'altri della loro specie. Sono riputati per saporitissimi, e per nobilissimi.

Il Frangolino chiamato da' Francesi *Rouget*, dà buono nutrimento, genera vn sugo sottile, & è buono quando si mangia fresco, fritto con pepe, & con sugo di naranci, & freddo. Et questo è quel pesce, quando egli è grande, ch'è chiamato da' Genouesi *Pagaro*, ò vero *Dentese*. Prouoca il coito, & restagna il corpo.

Sola.

BERTAL-
DO.

Delicatissima carne hà la Sola detta da Latini *Solea*, qual mangiava Henrico terzo Rè di Francia: & la sua carne è di facil digestione, & si acconcia co'l condimento bianco: si frigge ancor con il butiro, sugo di citroni, & è tenuto il più delicato trà tutti i pesci; perciò vien domandata per dices dell'acqua, e da Latini *Buglossus*, e v'è ne sono di molte specie, come la *Solea oculata*: il *Cynoglossus* detto *Pole*: l'*Arnoglossus*: la *Lingula* del *Rondoletio*: l'*Hippoglossus* chiamato *Flettan*.

Laccia.

BERTAL-
DO.

La Laccia, ò Lachia, ò Chieppa è vn pesce mezzo tra

REGOLE DELLA SANITA. 559

tra il Thonno, e l'Ombra, & le più celebri, come recita il Gionio, sono quelle del mar Ligustico, ma il Gesnero la chiama *Alausa*, & la numera ne' pesci d'acqua dolce: sono di gran nutrimento, & è dall'escremento del Glutinoso suo alimento, qual con difficoltà si sminuisce, si mandano vapori al ceruello, laonde suol eccitar vn'intempestiua sonnolenza, e augmentala: sete, mangiandone però in quantità. Di simil natura è il pesce, che vien nella Sona domandato *Clupea*, quasi chieppa, et i Capitonì de' Germani, & il *Schmelt* d'inglesi, qual viene nel fiume della *Tamisa*.

Che sia presa in acque dolci, e non in mare, **PISANEI.**
perche in fiume si fa grassa, tenera, e saporita, **LI.**

& sia d'Aprile, o di Maggio, e sia piena d'vova. **Elettione.**

E delicata al gusto, e dà assai nutrimento al corpo, e prouoca il sonno. Hà in capo vna pietra, che gioua alla quartana. **Giuamenti.**

Nuoce quando è presa in mare, perche hà la carne dura, e nuoce ancora à chi hà lo stomaco debole, perche genera flemma. **Nocimenti.**

Se si cuoce nell'acqua con aceto, e sale, e si mangia con sapore acetoso, o vero si fa arrosto bagnata con aceto, e oglio c'ol finocchio, o salvia, o rosmarino. **Rimedio.**

E fredda nel primo grado, & humida nel secondo. **Gradi.**

Ogni volta che questo pesce sia preso in fiumi, e che sia nel tempo della primavera, conferisce ad ogni età, & complessione in mediocre quantità. **Tempi, Età, Complessione.**

La Laccia fù detta da' Greci *Thrissa*, da' Venetiani *Chieppa*, da' Napolitani *Alosa*, & da' Ausonici *Aloso*.

Aloso: se non fosse la moltitudine delle spine, non cederebbe ad altro pesce, tanto è ella saporita; massim quelle, che si pigliano nel Teuere: dopò queste son quelle dell' Arno, & vltime sono quelle del Vultur-
no. Quelle di mare sono aride, secche, e dure, mà co-
me entrano ne' fiumi, subito diuengono grasissime.
& al principio di Giugno tornano nel mare à parto-
rire. Ne' fiumi non si trouano, se non pieni d' vo-
ua, ò di seme che si dice latte. I Latini la chiamano
Clupea, le migliori sono quelle d' voua.

La Laccia, chiamata da' Latini *Alausa*, ouero
Clupea, non si ferma mai in vn luogo, mà l' Inuer-
no stà nel mare, & la Primavera, & l' estate viene
à trouar l' acque dolci, & trà i fiumi, & fonti diuen-
ta grassa. & quando ella è più lontana del mare, tan-
to eccede in bontà all' altre, che vi sono vicine, perciò
quelle, che si pigliano à Lione, & à Bordeaux, sono
megliori di quelle, che si pigliano à Marsiglia, per-
che sono più lontane dal mare. Scrive Ansonio del-
la Laccia in questo modo.

*Chalcides, & Thrissa passim abramidesque
feruntur.*

*Atq; cateruatim percurrunt æquoris vndas,
Et curuis habitât scopulis, & littora visunt:
Alternâtq; vias Ponti, curruntq; per æquor:
Hospitium mutât semper, pontoq; vagâtur.
Et vul che sia pesce vile, dicendo.*

Stridentesq; focis obsonia plebis Alofas.

Rhombo.

*BERTAL-
DO.*

Il Rhombo nasce nel mare Oceano, & è di due
specie, l' vno chiamate da Francesi la Limada: & da
Latini, *Rhombus leuis*, & *passer asper*, siue *squa-
mosus*: v'è ancor vn' altro chiamato l' Alimende, il
qual è il terzo in bontà, s'acconcia co' l' vino, & ac-
qua,

REGOLE DELLA SANITA. 361

qua, petrosimolo, aceto, & butiro; è cibo vsitatissimo a Parigi. Di questa forma, e lo Carlet de Francesi; ma inferior assai di bontà, da' tre sopra narrati; perche hà la carne bianca, & molle: & si mangia dalla inferior plebe solamente.

Il Dracon marino chiamato Viue, hà la carne Dracon mariana, tenera, e buonissima si cuoce sopra carboni no. co'l butiro, & agresto: la pontura di sua spina è mortalissima. Di simil qualità è la Scorpene, o sia Scorfano de Romani, e il pesce Tarantola.

Il Radio è di natura del pesce Cappone, incita il radio; l'appetito, è di grato sapore, & è lodato il suo fegato: v'è poi vn pesce domandato Apua, che hà la Apua, carne lingiera, molto delicata, & di facil digestione; come ancor vn'altro più picciolo, chiamato da Francesi Esperlan.

La carpa detta Cyprinus viene ne' laghi d' Auui. Carpa, gliana, & in altri luoghi, e tien mezzan luogo trà i pesci lacustri, e d'acque correnti, e sono celebrate le loro lingue, & il Gioiio dice, che nel lago Maggiore v'è ne sono che passano 100. libre. Le nostre come ancora quelle di Mantua non eccedono la misura di due piedi, e sono più saporite, e sane. Hanno la carne sana, se ben humida, & abbondano più tosto d'acqueo, che di viscido humore, le loro lingue augmentano lo sperma, e incitano venere, si acconciano rostite, o vero si cuoceno nel vin puro, e poi si condiscono con l'arromati, cepolle, & vn poco d'aceto: sono ancor buoni le loro voua, e occhij. V'è ancora il Cyprino lato, o siano Scarde, dette da Piasentini Arbosiche, e da Venetiani Rusate.

Le Scauerde nostre de laghi piene di spine, e di Scarde, poca carne, sono da gente rustica, e non sono troppo celebrate.

Nn

lebrate

lebrate . Simile alla Carpa , e il Charax della Frisia Orientale: saporitissimo è l'Orfo d' Augusta: la Piota del lago Lemano, è sia la Dorada di Pò, così domandata da Ferraresi, qual la confondono co' Cyprino.

Rondeliere. Il simile è la Bordeliere de' laghi di Savoia chiamato ancora Plateron . Del resto credo , che bà la Scauerda detta Scardua da Benedetto Giouio , che sia il pigo di Plinio, chiamato picco dal Saluiano , per hauer molte spine pongenti, come le nostre Scauerde . Di simil natura è l' Acquone, è Sardanella d' acqua dolce: il Chalcis del Rondoletio: la Liparis lacustre del Bellonio .

Barbi. I Barbi sono copiosi ne' fiumi di Piemonte, e si biasmano nell'estate, è quando mangiano i fiori del popola , i loro vna causano talhor il mal chiamato colera, con molto pericolo de quei che gli mangiano: i meno nocini sono i piccioli chiamati Trutteri , e il Mercato dice , che in Spagna gli concedono à gl' infermi, & il contrario fanno à noi , poiche sono viscidì, di mal nutrimento , si lodano più assati , rostiti , che cotti alessi , e trà le parti del suo corpo, si lodano le loro labia . Di simil natura è il Nasuto del Danubio, è sia Sauji de Trentini .

Menole. Questi sono i pesci più vsitati nell'Italia , e nel Piemonte si portano ancora le Menole dette da Massiliesi Mendole, le Boghe di molte spetie: le Salpe quali sono tutti d' vn' istessa natura, è non sono di mal nutrimento .

Cartilaginosi. Di mal nutrimento sono i pesci Cartilaginosi, come Rane piscatrici : le Pastinache: le Torpedini : le Raie: e la Squatina tutti sono di mal è pessimo nutrimento, e biasmati p la sanità, com' ancora tutti i Cartilaginosi

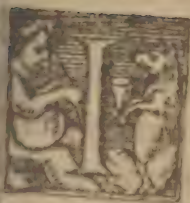
REGOLE DELLA SANITA. 563

laginosi longhi, come porci, i cani, simie, & altri simili maritimi.

Tutti poi i piccioli d'acque correnti, detti dal Petronio fruttura, sono lingieri, soavi, e facili al digerire; ma più de tutti i Straciasachi, e poi i Vaironi, Grasseroli: i piccioli Gobioni: le Rose de Francesi: gli Amarelli, & altri simili.

Si deue ancor auerire, che se ben habbiamo biasmato molti pesci, che par che siano contrari all'opinion de graui Autori, questo però si deue intendere, che non sono mali quando sono freschi; ma ben portati à noi mal acconci, e quasi corrotti, com'è il merluzzo, arengbi, & altri.

DEL PANE. Cap. LXXIII.



L Pane si fa di molte cose, secondo Pane, la necessit  delle diuerse regioni.

Ritiene in se tal natura, qual ha quella cosa della quale esso si fa, ma

perche il formento tra tutti gl'altri grani,   il *Pan di fermento* principale, & pi  conforme all'humana natura; *so.*

perci  il pane, che si fa di quello,   migliore, & *Sangue lodabile del pan di fermento.* pi  lodabile de tutti; l'aonde il sangue generato

l'esso,   pi  temperato, & pi  lodabile de tutti, *fermento.* conciosia ch'esso,   pi  de gl'altri temperato, &

che si potesse generar de tutti gl'altri frutti, o *Pan   pi  caldo del fermento.* grani; bench  il formento sij di temperamento

nel principio del primo grado, & sij ancor temperato, tra l'humido, & secco: nientedimeno il *so.* pane   pi  caldo, & tanto pi  quanto ha piglia.

o maggior calidit  nel forno.

Il formento del quale, si deue far il pane, sia *Fermento lodato,* *Nn 2* raccol-

Accumèti del cattiuo grano.

raccolto in buona regione, & si deue pigliare della miglior specie, cioè che sij ponderoso, pieno, & ben maturo, & che habbial' exterior scorza rosseggiante, & cerulea, e la parte di dentro sia pingue, & bianchissima, & che non sij vecchio; perch'è peggiore, & di più secco nutrimento, come ancora il molto fresco, che all' hora è raccolto; perche lo genera viscoso, & flemmatico: genera ostruizioni nel fegato, & di tutto il corpo. Sia ancora perseruato dalla poluere, & tarle, & nettagiato benissimo d'ogn'altra specie de grani.

Formento che si conserua in luoghi ariosi, è migliore. Fermenta conseruato in luoghi secchi esser migliore. Conseruato ne' fossi esser cattiuo.

Formento.

Pane salato.

Pasta.

Pan leuato.

Il formento, che si può conseruar in solari ariosi, & euentati, è più lodabile di quello che si repone, & si conserua sotto terra; perche li suoi vapori, sono dall'aria euentati, & sono conseruati nella naturale sua dispositione; mà quello che si conserua nelle fosse sotterranee, li vapori del formento misti, con le sotterranee effusioni, & soffocati dalla otturatione delle fosse, danno mala dispositione al formento; perche hanno in se vna qualità contraria, alla vita nostra: l'aonde molti nell'aprire, che si fa delle fosse, doue longo tempo il formento è restato in conserua, sono stati trouati morti; perciò si deue far il pane del più eletto formento, & modo. E buono ancora il salare alquanto l'acqua, con la quale si fa; percioche il sale rimuoue la viscosità del pane. La pasta deue esser ben rimenata, & ben confetta; perche da questa tal pasta, si rende il pan più saporito, & più lingiero, & più conforme alla natura humana.

Deue ancor esser ben leuato, non molto duro, &

REGOLE DELLA SANITA. 563

ro, & del suo leuato il pane douenta più raro,
più lingiero, più digestibile, & produttiuo di
più lodabil sangue.

Artificialmente ancora secondo ciascuna *Cottura.*
sua parte, proportionabilmente si cuoce: si ri-
posato almeno per vn dì inatti, che'l si mangi.

Il pan caldo è cattiuo, & è poco conforme *Pan caldo.*

alla natura. L'azimo è di dura digestione, in-
duce ostruizioni del fegato, dolore di ventre, &

genera la preda nellereni, & veflica. Azimo si *Azimo.*

dice ancora quello che si cuoce nella padel- *Azimo cotto*
la. Il secco, antico, è biscotto, & quel fatto di *nella padella.*

semola, oltre ch'è di dura digestione, costrin- *Pan secco.*

ge ancora il ventre. Il pan di semola è me- *Pan di semo-*
glior, & più lodabile, che quello fatto di farina. *la.*

Il pan furfuraceo velocemente si digerisce, *Pan furfuraceo.*
& nutrisce: ma è di più poco, & mal nutrimen- *ceo.*

to. Il pan mal cotto, & l'azimo, & altri à quelli *Pan mal cotto*

simili, non si confanno, se non à quelli c'hanno
robusta complessione, & fortemete s'affattica-

no: oltre di ciò il pane deuue esser mondato dal- *Pane deuue es-*
la superficiale crosta, ch'è troppo adusta, & di *ser mondato ala*
difficil digestione, & generatiua di mali humo- *la crosta.*

ri. La forma de pani deuue hauer mediocre mi-
sura, trà la grossezza, & piccolezza; perche il

troppo piccolo, subito per la calidità del for-
no, è penetrato il calor alle parti inferiori, &

intrinseche: l'aonde vi rimane poca medolla, e
quasi tutto se ne va in crosta. La crosta per la

ua troppa adustione, & essiccatione douenta la *Crosta.*

peggior parte del pane. Il pane ancor troppo *Pan mal cotto*

grosso, mal cotto, nell'interior parte, di necessi-
tà douenta viscoso; adunque è meglio tener

N n 3 vna

566 REGOLE DELLA SANITA.

- Tortuli di Napoli.* vna forma mezzana, come sono li tortuli, al modo Napolitano; qual è lodabile, che quasi vni-
formemente, il calor del forno tocca, tutte le
parti de' tortuli. La minestra che si fa del pane
ne leuato, & raffreddato è conueniente alle ris-
caldagioni; perche non genera ostruccioni, ne
grauetza: & il miglior modo di lauarlo, è ch' in
mollo del pane stij per vna notte, infuso in ac-
qua calda, e dappoi sij alquanto lauato in ac-
qua fredda, & per questo modo, la calidità, sic-
cità, viscosità, & qualità del fermento dal pane
si rimuoue.
- Panico.* Il panico hà grande conformità c'ol miglio,
& l'vn'e l'altro, è freddo, e secco. Di questi al-
cuna volta se ne fa del pane, per carestia di for-
mento. Del resto ambi sono di poco nutrimen-
to, & fanno stittico il ventre: mà il miglio è più
conforme, in ogni cosa alla natura humana, &
di questi purgati dalla loro scorza, ò vero dalle
sue farine, se ne fanno minestre, che generan lo-
dabil nutrimento, & specialmente cotto con il
latte, ò carne grasse.
- Qualità.*
- Miglio.*

ANNOTATIONI.

TRa gli cibi più necessari per il viuer humano,
il più lodeuole, è il pane: specialmente fatto
di formento, qual è giudicato caldo nel primo gra-
do, e nelle qualità passive d'humidità, & siccità tem-
perato; perciò è conuenenole à tutte l'età (ecceto pe-
rò nella prima infantia, oue è necessario il latte) &
tutti i temperamenti, tempi, come ancora infermi,
& conualescenti.

Scrive

REGOLE DELLA SANITA. 567

Scriue Plinio nel lib. 8. cap. 56. che gl' Antichi si
 nutriuano di giandi, e nel lib. 18. cap. 7. dice che i Giandi cibo
 Romani per CCC. anni d' altro non si cibarono, che de gl' Antichi
 di farro, e polenta di grano spogliato: Populum Romani di che
 Romanum farre tantum è frumento CCC. an. si cibauano.
 nis vsum verius tradit, et inuentor della farina, & Inuentor del
 del pane dice, che fù Cerere, e gl' Indiani Occiden- pane.
 tali dicono ancora, che Charibe loro Profeta gli mo- Radice etici.
 strò l' uso della radice Hettic, & il modo di coltivarla.
 La diuersità del pane è secondo, che di varie cose Diuersità del
 si compone, e acquista ancora diuerse qualità di ciò, pane.
 che si fa, ouero che sono semplici, o che sono miste;
 la preparatione ancora, e la cottura varia la bontà
 d' esso, la materia con la quale si compone, e varia:
 poiche alcuni lo fanno de frumentacei, il quale è giu- Pan di ferme
 dicato il migliore; altri lo fanno con legumi, o soli, to, di legumi,
 o misti con li souerscritti; Altri di castagne, come si di castagne,
 fa nel paese di Pericordint in Francia, gli Ethiopi di dattili.
 lo fanno con i dattili, de quali n' habbiamo fatto me-
 nione nel suo proprio cap. Plinio nel lib. 27. cap.
 21. dice che nell' Egitto faceuano vn certo pane del Pan del frut-
 frutto del loro chiamato lotomera. Est & lotome- to loro in Egie
 ra, quæ fit ex loto sata, ex cuius semine simili ro.
 nilio fiunt panes in Aegypto, pastoribus maxi-
 nè aqua, vel lacte subacto. Negatur quicquam
 illo pane salubrius esse, aut lenius, dum caleat;
 refrigeratus difficilior cuncoquitur, fitq; pon-
 lerofior: constat eos, qui illo viuunt, nec dysen-
 teria, nec teneismo, nec alijs morbis ventris in-
 estari. Di questo pane ancora ne fa mention Tetze
 ne' suoi versi. Nell' Isola Tarenate v' è vn albero,
 che fa vn capuccio nelle sue estremità, nel cui me- Pan dell' Isola
 ditullio si ritroua vna farina, della quale ne forma- Darenate del-

N n 4

no pa-

568 REGOLE DELLA SANITA.

la farina d'un
albero.

Pan di cortec-
cia d'abeti, &
pini di pesci.

Di radice del
Maniosh in
India.
Cinque diffe-
renze del pan-
di fermento.

Pan siligeneo,
che cosa sia.
varie opinioni

E più commu-
ne la opinione.

no pane, come recita il Clusio, qual dice ch'è insipi-
do, mà magiato co'l zuccaro, pepe, e cinamomo, ch'
desiderato d'alcuni. Il primo che portò questo pa-
ne fù Francesco Drake, e nel tēpo delle grandi care-
stie in Sueda ne fāno delle corteccie d'abeti, & pini.
Nell'Islandia, & altri paesi Settentrionali ne fan-
no de pesci, come ancor recita Plinio de gl'Oriti nel-
l'Indie Orientali: Oritas ab Indis arbis fluuius di-
sternat; hij nullum alium cibum nouere
quàm piscium, quos vnguibus dissectos sole
torrēt, atquē ita panem ex ijs faciunt: vt refert
Clitarcus. Nell'Indie Occidentali, Però, Cana-
da, e Magaglianes lo fanno delle radice del Manio-
sh. Il più celebre è il frumentaceo, e Gal nel lib. 1.
Aliment. facult. ne fà di cinque differenze, spetial-
mente di quello fatto di formento, cioè Siligineo,
Similaceo, Miscellaneo, Sordido, & Furfuraceo; Il
Celso aggiunge quel fatto di polline.
Il Siligeneo pane, che cosa fosse hanno dubitato
molti, poiche il Bronfelsio, co'l Cornario dicono esser
quel fatto di segala, il che si nega con Plinio nel lib.
18. cap. 10. Altri dicono esser fatto d'vna spetie di
formento domadato Robus, qual così chiama la Si-
ligine il Columella. Il Budeo nel lib. 5. de Asse la con-
fonde con la similagine. Il Manardo, Hermolao
barbaro, & il Ruellio dicono, che fosse l'oliva, il che
tutto nega il Matthiolo ne i commentarij di Dioscor.
mà che cosa realmente fosse dico, che la maggior opi-
nione è, che tal pane fosse quel fatto del più eletto
formento, che si ritrouasse nell'Italia, come ancora
della parte più pura della farina passata al più
denso tamiso, d' sij setaceo, che ritrouar si potesse; e
Siligo significaua ancora la medolla del frumento,
come

REGOLE DELLA SANITA. 569

come afferma Galeno nel primo aliment. At vero purissimus panis apud Romanos filigineus dicitur: quemadmodum qui huic est proximus similaceus; afferma ancora Celso nel lib. 2. cap. 18. ex tritico firmissima filigos, deinde si mala, & Iuvenale nella quinta Satira.

Iuvenale?

Sed tener, & niueus, molliq;ue filigine factus,
----- seruaturo domino.

Di quest'opinione ancora è Sebastiano Rubeaque sopra l'Egineta, perciò si vede la nostra opinione esser vera; e credo che il formento per far tal pane fosse di quello che recita Plinio nel citato loco; Tritici genera plura, quæ fecere gentes, Italico nullum equidem comparauerim, candore, ac pondere, E Soffocle nella favola di Triptolemo, Et fortunatam Italiam frumento canere candido; Simile a questo è quel chiamato da noi Siciliano, qual in Piemonte ne fece portar in quantità l'anno della gran carestia del 1585. il Serenissimo Carlo Emanuel Duca di Savoia: Di non minor bontà è il Lombardo, e Piemontese, qual non è così grosso come il Siciliano, ma mediocre, & se ne ritroua del bianco, & d'altro di color flauo, e roseggiante dentro, e fuori, denso, e graue, qual fa ottimo pane; il più celebre per far pane è il Vercellese, del quale ne fanno pane per l'Altezza di Savoia; non cede in bontà a questo quel di Chieri, Villanova d'Asti, Carmagno la, Racconiggio, Fossano, Sauigliano, Cauallier maggiore, & altri vicini luoghi: spetialmente raccolto in terreni aprici, forti, di coltura, in luoghi sani, lontani dall'acque, & paludi, & mediocrementegrassati; Deue poi tal grano esser maturo, pieno, non rugoso, che non habbia patito alcuna ingiuria de tempi.

Gran Sicilia?
no.

Di Lombardia?
& Piemonte?

Di Vercelli?

Le qualità,
che deue ha-
uer il bno gra-
no.

che

570 REGOLE DELLA SANITA.

che habbi impedito la loro maturatione, come piog-
gie, scalme, e nebbie.

Deue poi esser colto in debito tempo, e con diligen-
za conditionarlo, nettegiarlo, seccarlo, & riportlo in
debito luogo, come facciamo noi sù sollari alti; Al
contrario usano in Italia, che li conseruano sotto ter-
ra. Scriue Plinio, che i Cappadoci, & Trbiaci lo cō-
seruano spargendouì sopra la feccia dell'oglio; in al-
tri luoghi co'l spargerui sopra terra Calcidica, ò creta
di Caria, ò Elimbia, ò Cerinbia terra, che viene nel-
l'Vbea, ò vero assenzo; Altri lo conseruano sotto le
paglie, come in Africa, & Spagna; altri con le loro
spiche, come fanno à noi gl' Allobrogi; e Plinio di-
ce nel lib. 18. cap. 30. d' autorità di Marco Varrone,
che non essendo alterato dall'aria, si può conseruar
per cinquanta anni, & il miglio cento: bisogna poi
auuertir, che non sù riscaldato, tarlato, e corrotto,
perche genera humori putridi; non deue poi haue-
r patito ingiurie alcuna d' humidità; perciò si biasma
quell' longo tempo stato su'l mare, come quello che
portano di Sarmatia à Genoua; Si deue ancora au-
uertire di non usarlo di fresco colto, perche (come
vuol Galeno nel lib. Alim. faculi.) hà vna super-
flua humidità, perciò si deue aspettare, che sù esa-
lati, & digesti. Si deue ancora fuggire quello che
hà perso la sua propria humidità naturale. Gran
danno porta a' corpi humani il gran fallito, come
ancor il negro, bruggiato, & gangrenato, rotondo,
ripieno di nera fuligine, chiamato vstilagine;
Deuesi ancora fuggir quello mescolato con semi alie-
nigeni, come recita Galeno nel citato luogo, come so-
no la Lapa rustica, il tollio, che vbbriaca, refrigera
tutto il corpo, causa tremore vniversale, debilita
anco

Luogo. & mo-
do di conser-
uar il grano.

Il grano qual
è blasmatto.

Il grano che
è stato in mare.

Il grano che
è stato in mare.

Il grano che
è stato in mare.

Il grano che
è stato in mare.

REGOLE DELLA SANITA. 571

anco tutto il corpo. Si deue ancor schiuar quel me-
scolato con quella picciola grana simile al lollio,
mà codato, chiamata da Piemontesi Pandola, e si Pandola che
cosa sia.
sono pensati alcuni, che sia la Aera di Plinio, co-
me scrive nel lib. 16. cap. 17. Nascitur, & herba
alba pannico similis, occupans arua, peccori
quoque mortifera.

Il Dalecampio si pensa, che sia il suo picciolo
pannico seluaggio; che nasce ancora co'l formento, e
l'orzo, l'egilopa chiamata auena seluaggia, l' Afaca,
l'Orobanche, il falso Melantio detto da Piemontesi
cozzo; pessima è l'aparine detta da Piemontesi giet-
ta, qual fa la grana rōda, & il pan amaro; questa na-
sce ancora con le lētiche, & il simile è il securino, o
sij hedissaro del Matbioli; pessima è la grana del gia-
cintho del Matbioli, dell'aglio, e porro seluaggio, la
grana del papauero erratico; biasmasi ancora se-
condo Galeno il Melampiro, da noi chiamato coda di
volpe, qual molti pouerelli lo colgono nel tempo del-
le gran carestie, e questi semi se ben che nel prin-
cipio paia, che non apportino danno, lo fanno poi con
longhezza di tempo.

Hor torniamo al nostro proposito del pane. Il se-
condo pane è il similaceo, qual tiene il secondo luo- Pan similaceo
go appresso al filigineo, e questo era fatto di farina
non setacciata con tanta diligenza, mà con la parte
più grossa d'essa, e questo è domandato pan masse-
rengo: si fa ancora questo pane di grano non così
ellecto, come il filigineo, mà d'ogni sorte, è specialmēte
del picciolo, & flauo, o rosso, qual pare che sia più
celebrato da Galeno nel lib. 1. Aliment. Plurimum
exigua mole habet, redditque alimētum id tri-
ticum, quod densum est, dentibusque vix di-
uidi

uidi potest; quod huic contrarium existit, magna mole exiguum alimentum largitur; est autem quod densum, laxo longè grauius, & ponderosius, coloreque magis flauescente, è nel lib. de attenuante victus ratione. Triticum, quod graue est, densum, ac in profundo flauum, copiosissimi alimenti est, crassique succi, & lenti, & rarum, & album minus; Che questo pane sia più sano del primo l'afferma Halij Abbate, perche l'altro nutrisce molto, e oppila, ilche non fa il similaceo, qual nutrisce meno: chiamasi hoggidì ancora la farina grossa fatte del grano bianco semola.

Pan miscellaneo.

Il terzo pane chiamato Miscellaneo, detto da Greci αὐτομίχνης, e συζυγιστός, e da Plinio militaris; questo si fa con la farina, & sua crusca insieme.

Pan sordido.

Il quarto è il sordido, qual è fatto di maggior pane di crusca, che di farina, & si chiama da Piemontesi pan di reprimò: meno nutrisce, pronto si digerisce, & presto se ne va al basso.

Pan furfuraceo.

Il quinto è il furfuraceo, qual si fa per gl'animali, di pochissimo nutrimento, presto se ne passa, e riempie il ventre de flati; della crusca ancora macerata nell'acqua calda, spremuta se ne fa celebre viuanda, per gl'amalati, qual deterge, refrigera, &

Pan del polline.

nutrisce poco. Il pan poi fatto del polline di Celso di raro vien usato, & è cattivissimo, & oppilativo.

Farina, qual debba esser.

La farina si deue fare al molino, quando le pietre non sono di fresco piccate, perche si lasciano vna parte d'essa pietra dietro essa, qual è nociua à corpi humani. Nò vuol esser macinata all'ultimo, perche ritiene in se copia di crusca, non vuol esser fresca, perche ritiene in se il calor delle pietre; non vuol esser

REGOLE DELLA SANITA. 573

esser pecchia, perche perde assai della sua buona sostanza, non deue poi esser corrotta, ne di nessuna mala qualità alterata.

S'vsa ancora la farina per farne della polenta, pasticij, minestre, vbiati, e scarotte, o sij canestrelli, & altre cose simili, quali tutte ritengono le qualità del pan azimo vsato da Hebrei; questi sono biasmati per la sanità. Di gran nutrimento ancora è la minestra fatta con la farina, voui, e latte, o vero col brodo grasso, e butiro ne fanno ancor pasta, della quale ne formano i triti, e le lasagne è l' ltria di Galeno; della pasta fermentata se ne fanno picciole placentule, le quali si friggono nella padella con l'oglio, o butiro, e domandano da Galeno τριζαυιτης, e da Piemontesi matafami, per smorzar la fame à chi desidera mangiar auanti che il pane sia cotto, astringono il ventre, e generano sugo indigesto, perciò vuol Galeno che si debba mescolar mele, o vn poco di sale, di quella fatta co' latte e così dice Galeno, Edulium, quod ex multa farina triticea lacti permixta constat, tametsi boni succi, & multi alimenti sit; ex ijs tamen est, quæ ob asiduum vsum hepatis obstructions, & calculos renum procreant; ad hoc etiam conferente renum temperamento acris simul, & igneo. Così si deue intender di tutte le cose azime.

L'acqua vuol hauer tutte le qualità descritte nel trattato dell'acqua, perche noi vediamo in molti luoghi del Piemonte, che per vitio dell'acque, se ben na. Si deue elegger acqua buona. habbino ottimo formento, fanno però il pane pessimo, come nel Contado di Piorasco, & Orbazano; deue poi l'acqua esser in mediocre quantità, con temperata quantità di sale, e che la pasta sia debitamente fer-

de fermentata ; che sia poi tal pasta benissimo ri-
menata; perciò dice Gal. *modus autem fermenti*,
& *salis sit is*, qui gustui sensum tristem non in-
ferat ; Bisogna ancora auerire , che il pane non di-
uenti ne dolce, ne acido, se ben gl' Alpini lasciano fer-
mentar la loro pasta d'orzo , & di secala hore 24.
mà tal pane diuenta acido, & lo conseruano tal vol-
ta vn'anno intiero, in forma grandi senza corrom-
persi . Il forno deue esser mediocrementemente caldo , i
pani di forma mediocre , discosti l'vn dall'altro in
esso forno, acciò ugualmēte si cuocano, onde ben dice
Gal. *Iam ex panibus ijs athletæ, quidem est cō-*
modus, qui neque est bellissimè assatus, neque
multum fermenti recipit : priuato autem, &
seni , qui in clibanopro bē coctus cum sit, ha-
bet etiam fermenti multum ; At qui omninò
caret fermento prorsus nemini est commodus.
Il celebre poi frumentaceo , è quel ch'è cotto d'vno,
ò due giorni ; Schiuar si deue il vecchio, duro, mus-
fitto, tarlato, ò da sordidi sorzi coinquinato.

Pan biscotto .

Il pan biscotto si conserua longo tempo , nutrisce
meno , essicca maggiormente , perciò immagrisce i
grassi, consuma la superflua humidità, massime dello
stomaco ; il più celebre è quel di Pisa: si danno nelle
diete per quelli che patiscono mal Francese , & che
hanno buoni denti ; il pan rostito posto nel vino , ò
aceto, ò maluasìa di Cádiz, mitiga la nausea, acquiet-
ta il vomito, restaura i delinquenti , gioua alla lan-
guidezza dello stomaco preso per bocca, ò vero odo-
rato, ò applicato sopra esso, con poluere di garoffani,
mastiche, e menta.

I biscottelli, che si fanno di pura farina, oui, anisi,
& zuccaro composti in diuerse maniere , se ben con-
forme

forme l'opinion di Gal. che paiono sospetti, mentedi-
meno essendo corretti dal zuccaro, & anisi signifi-
camente si danno à gl'infermi, nutriscono mediocra-
mente, non grauan lo stomaco, giouano all'inap-
petenza, sono caldi nel primo grado, & si fanno in
varij modi: i primi si fanno con vn poco di farina,
albume d'ouo, & zuccaro; i secondi con oncie do-
decì di farina purgata onc. 16. zuccaro, numero
dodeci oui, da' quali vi sia detratto numero tre vi-
teletti, aggiogendoui tall'hor vn tantin di fermen-
to, & diuisi in parti si formano biscotelli cotti al
forno à calor lento sù le carte; Altri si fanno con
farina, & zuccaro di ciascuno vna liura, & quinde-
ci oui, aggiogionui anisi, & coriandoli, si cuoceno al
forno, & si diuidono in particelle, le quali si rico-
ciano; Altri li fanno con onc. 6. di farina, quattro di
zuccaro, tre, ò quattro oui, & si faranno in varie
forme, hor tonde, hor lunghe cuocendoli sù la carta.
Il biscottelli di Lorena si formano con lib. 1. di fari- Biscotelli di
na, onc. quattro zuccaro, anisi, & coriandri à vostro Lorena.
gusto, & con quattro oui, & vn poco d'acqua si for-
mano.

La panatella è lodata, come scriue il Benzo per Panatella.
infermi, e deboli, e molti la fanno co'l butiro: altri
al brodo di pollo, ò di carni di vitella, ò capone: vi
sono nella Riuiera di Genoua, chi l'vsa cò l'oglio d'o-
iua, se ben così lubrichi il corpo, non è però tanto ce-
ebrata nelle febri, mà par ch'Albulcasi dica che
menda il vitio del fermento: alcuni sono che vi
aggiogono vn rosso d'oua, e vn poco di zuccaro:
altri sono, che la fanno co'l latte, cibo per consuma-
i: vsitatissimo è il pan trito fatto con la medolla
di pane infriata, e vn poco tosta sù la braggia den-
tro

tro vna patena d'argento, e colta come la panatella tal volta se gli aggiunge di sugo di carne, o di capone; per nutrir più valentemente: e tal volta ancora si fa la panatella co'l brodo di carne alterato secondo il bisogno: Del resto il pan lauato (come dice Galeno) perde la crassezza, & lentore, e acquista parti aëree: Siquidem panis hic, succum crassū & lentum habet minimum, vt qui ex terrestris aëreus sit factus. ¶ Mangiasi da Remiganti il formento bollito, qual nutrisce assai à chi l'usa di continuo, & genera gran forza; se ben generi vn gran peso, e preme, constipa, causa nausea, genera flatu, crudità, dolor di testa, e caligini à gl'occhi.

Pan di secalla

Del pan di secalla fatto di pura farina d'essa, è più prossimo de tutti gl'altri al frumentaceo, hà vn poco di lentore; perciò hà vn tantin dell'ostruente, è difficile al digerire, e graua lo stomaco: quello fatto con sua crusca, è più graue, e più tardi passa del syncomisto del formento: mà non è così leno, non così tardi si digerisce, e più tosto passa à basso ch'il puro secalino: Del resto il suo alimento, è sodo, e fermo, non è ancora di mal sugo fatta però d'ottimo grano, e non fallato: si mescola tal volta con il formento, o vero con esso si semina massime ne' terreni arenosi, e lingieri, e così si domanda barbariato, da Latini Miscellaneum, e da Francesi Meteila. Questo pane si mangia di continuo da noi da gente di mediocre fortuna, & è meno graue, che il puro secalino, e hà manco lentore, e conserua più longo tempo la sua tenerezza: Del pan secalino l'usano quei dell'alte Alpi, & lo cuoceno ben fermentato, & lo conseruano vn'anno: Quei de gl'Alpi d'Iurca chiamano la secala, bianca, e Plinio dice che à suoi tempi

REGOLE DELLA SANITA. 577

tempi si domandaua dalli Alpini appresso Torino
Asia : Secale Taurini sub Alpibus Asiam vo-
cant. Vi sono ancora due sorti di secala forestie-
ra, cioè Nachani, e Mugo.

Del Nachani ne fanno farina, e d'essa pani ^{Nachani.}
rotondi : gli Mori, quali habitano la costa maritima,
tra il fiume di S. Chrystoforo, e di S. Lucia, e questo
grano è simile alla senapa, negro, minuto, di sapor di
secala. Il mugo è vn frumentaceo di grandezza ^{Mägo, ò Mu-}
d'vn coriandro, inanti che sia maturo è verde, e in- ^{go.}
di si fa negro : Integro è alquanto essiccante, ma
scorticato, è temperato tra l'humidità, e siccità, &
nell'altre qualità, è prossimo alla faua : ma è man-
co inflatino, & manco deterfino, e più presto se ne
passa al basso : refrigera meno della lenticchia, & è
cibo salubre, mangiato co'l Cardamomo : senza scor-
za, e cotto con l'oglio d'amandole dolci genera per-
fettissimo sugo : gettando via la prima acqua di sua
decottione, e poi recotto astringe, ma più aggiogedo-
ni sumach, & sugo di pomi granati acidi : in Guza-
rate l'acconciano co'l brodo del riso, e così lo danno a
sorbir a suoi infermi, come facecian noi la ptisana
d'orzo : impiastro co'l vino, ò sapa, e zaffarano
leua il dolor delle giunture, e giova alle contusioni,
rottture, e sdegnature.

Il pan di zea, ò spelta, ò pirra, chiamata ancor ^{Pan di zea.}
da Milanesi Alga, voce corrotta da Alica, della qual
ne fa mention Galeno nel lib. 1. d'Alim. facult. Il
qual del pan fatto della spelta così scrine. Quod si
quis ci pani non assueuerit, etiam si minimum
sumpserit, agrotabit. Est enim grauis, & con-
coctus difficilis : a noi nõ si usa in pani, ma ne fanno
minestra, qual è molto celebrata, e la chiama farro.

578 REGOLE DELLA SANITA.

Pan d'olyra.

L'Olyra ancora è quasi simile alla zea, & è mezzo trà il formento, e l'orzo, & il suo pane è quasi simile alla natura del frumentaceo: nasce in molti luoghi di Germania: questo pane si faccea ancor nell'Asia, vsato daruflici sopra Pergamo, perche il formento lo riportauano nelle Città, come pur fanno quei del paese di Milano, che portano il buon formento a i Nobili, e loro si cõtentano del miglio, e panico, & altri simili; Vogliono alcuni che l'olyra sia l'Arinca de Francesi, e l'Amelkorn de Germani.

Pan di Tyffa.

La Tyffa ancora se ne fa pan in Grecia, come dell'Olyra, e tien in terzo luogo, così scriuendo Galeno, Olyrini panes si modo ex bona olyra fiant, post triticeos saltem sunt præstantissimis, secundi autem ab his sunt Tiphini: Quod si olyrini ex vitioso semine sint facti, Tiphini non erunt eis inferiores: calidi verò panes ex laudatissima Tiphia facti, olyrinis longè sunt præstantiores, asseruati verò deteriores seipis euadunt; mà che cosa sia la Tiffa de Greci, e l'olyra non si sa il certo, se ben il Dodoneo; con il Fuchsio si vāno imaginando diuerse piante. Il Dalencampio nella sua Historia generale delle piante, depinge vn formento chiamato d'esso Triticum Tiphinum, qual dice venir dall' Isole fortunate in Spagna con le grana della Falaride.

*Falaride.**Zeopyrum.*

Il Zeopyron vuol il Dodoneo, che sia il Kern, & Drink elkern, & sia Kernsamen de Germani. Altri vogliono, che sia poco differente dalla zea, & altri, che sia il Scolargeon del Ruellio, simile all'orzo, qual s'vsa farne pane nelle carestie, di natura del pan d'orzo, com'è ancora il Zeopyron, gymnocrython,

thon, qual è vna spetie d'orzo scorticato, del qual se ne fa il pan di natura dell'orzo, & della priisana, e nasce questo à noi nell'alti Alpi.

La Briza, qual Galeno dice esser simile alla Tif. Briza. fa nasce in Macedonia, e in altri luoghi di Grecia, di questo grano se ne fa pane di odor graue, e negro. Il Dodoneo vuol che sia vn semplice grano, qual nasce ne' sterili, e montuosi luoghi di Germania domandato Blicken, Santpeterskorn, & Einkorn, cioè semplice gran.

Il pan fatto del gran d'India, ò sia gran Tur- Mais. co, chiamato da Piemontesi mellica Turca, fa il pan dolce, è vn poco più caldo di quel fatto di formen- to, & è di sostanza più crassa, e viscida, perciò ge- nera vn sugo crasso, qual facilmente può causar ostruzioni: Questo hoggidì s'usa assai nel Canaues.

Del formentone se ne fa pane, e polenta per l'in- Formentone uerno da gente pouera, massime vicino à gl' Alpi del Piemonte, e Milano: nutrisce mediocrement, non genera tanta ventosità, come i fagioli, & faue, man- giato cotto, con brodo di carne non è cibo ingrato, ne tampoco graua lo stomaco, come fa il millio.

Il pan d'orzo à noi s'usa ne gl' Alpi, è alquàto as. Orzo. pero; per non hauere tanto lentore, come il formen- to, e l'olyra, nutrisce meno del furmentateo, & fa vn sugo più tenue, detergente, e refrigerante, & efficcante nel primo ordine, & è alquanto flatuoso: Il Mathiolo lo loda à quei che patiscono di podagra, il pessimo è quel fatto dell'orzo più picciolo.

Quelli che viuono di tal pane viuono assai sani, come ancora quelli ch'usano quel di secala, poiche per la loro acidità difficilmente si corrompe, non genera mali humori, e nutrisce poco.

Auena.

Il pan d'auenas' vfa d'alcuni Settentrionali, qual è alquanto amaro, non gufteuole, di mediocre nutrimento, tien mediocre luogo trà il pane astringente, e lubrificante, e nell'altre sue qualità è simile à quel d'orzo: della grossa auena, com'è la grossa Alpina scorticata, ne fan polenta molto più sana di tutte l'altre, e così l'vzano assai in Sassonia in molte viuande, se ben Galeno biasmi nel primo dell'alimenti, l'auena.

Riso.

Il pan di riso s'vsa di raro, mà difficilmente descende, astringe, & è opilatiuo, e ritiene in se le facoltà d'esso.

miglio.

Nell'Insubria, e nel Canauesè, & alcune parti del Monferrato mangiano il pan, ò siano focaccine del miglio, qual mētre ch'è caldo, e desiderato da molti, mà diuenuto freddo vien in fastidio: il più lodato è il Veronese: e pan che poco nutrisce, & è refrigerante, vedi Gal. lib. Alim. 1.

Sorgo.

Il pan fatto della mellica, ò sia melega, da Toscani chiamata Sagina (perche ingrassa i porci) & d'altri sorgo, di raro si vfa nel Piemonte eccettuato nelle grandi carestie: è freddo, & astringente, nutrisce poco, tardi passa, e genera sugo crasso: Della farina se ne fa della polenta, qual da Gregarij si mēgia co'l latte, e butiro fresco, e così resta più amicheuole: Si fa della medolla cauata da dieci internodij di sua cana, & vna spongia geirina insieme bruggiati, & aggiuntosi 12. grana di pepe, di farina onc. 1. e il tutto mescolato insieme con sufficiente

Placentule.

quātità d'oua, si formano sei placentule, e si cuocono sotto le feruide ceneri, & se ne dà vna vn giorno, e l'altro no, andando à letto, per curar i strumosi, e per quelli che hanno il gozzo, e non se gli beue appresso,
e que-

REGOLE DELLA SANITA. 581

e questo si fa tre, o quattro lunate, sin che siano guariti, Et il Mathiolo afferma, che molti si sono curati con questo rimedio.

Si forma ancora pane del panico, è di simil natura quasi à quel del miglio, & hà l'istesso uso; nientedimeno, è di minor nutrimento, & meno astringe; perciò Galeno nellib. 1. Aliment. così dice, panis, qui ex milio fit, & panico, exigui est alimentum, & frigidus: ac præter id, tum præaridus, tum friabilis, cum nihil in sese habeat nec lentoris, nec pinguitudinis. Quare alium humectem desiccatur: porrò miliū ad os est panico præstantius, suauiusque editur: ad hæc concoquitur facile, ventrem minus sistit, ac magis nutrit.

Se ben la grana del Gramen Manne, del Dodo. Gramen Mænne, non se n'abbia notitia à noi, nientedimeno s'vne. fa in Boëmia cotto co'l brodo grasso, come facciamo noi il Riso, e dicono ch'è vn cibo gratissimo al gusto. Nasce questo seme spontaneamente in alcuni luoghi d'Italia, Germania, e Boëmia, e si semina in Carintia, e Gorizia.

Nell'isola di Malta mescedano per far farina co'l grano la Falaride, da loro domandata Cuneno, Cuneno. per farne pane; E questo seme di parti sottili, e calde; perciò si da commodamente à gl'affetti della vessica, & per la pietra. Questo seme è chiamato da Massiliesi formento di Canaria.

Dellooglio, & loglio seluatico, domandato da Gre-L'oglia. ei & vix, Triboli, Cardi seluatici, Lappa rustica, e Rubi, quali rendono morbofo, il formento nõ ne tratterò qui, se ben imeon Serbi faccia mentione del loglio nel suo trattato de cibi, mà questo più tosto scrine per schifarlo; per causar vbbriacchezza, vertigini,

582 REGOLE DELLA SANITA.

ragini, & altri graui danni, che per vsarlo: pessimo, e spouo. C. n. ò sia l'ustilagine da Francesi chiamata Brulure, e da Piemontesi gran morro, e da Plinio Rubigo, qual fà il pan negro.

Lupini.

Il pan de Lupini dolciti nell'acqua fatto nel tēpo di gran carestie poco nutrisce, riempie de flati, e crudità.

Il pan poi de tutti i legumi ritiene in se le qualità d'essi, mà sono tutti di difficil digestione, mà sono meno nociui mescolati co'l formento. Come dice Galeno della Vicia, e dell' Affaca, che generan sangue melanconico, e che stringono il ventre.

Vicia, e Affaca.

Orobo.

L'orobo vuol Galeo, che sia di mal nutrimento, e che il più lodato sia il bianco, e poi il gialdeggianto, e che perde la in foauità cotte due volte: il simile fà l'Araco, ò sia Fana seluaggia, qual difficilmente si digerisce, e dura di sostanza, e tardi si cuoce.

Araco.

Seme di papaueri.

Dice ancora il presato Galeno, che aspergeuano gl' Antichi sopra il pane, il seme de papaueri, massime de' bianchi, per conciliar il sonno: utile per le destillation del cattaro sottile, & e molto refrigerante. Dice ancora, che faceano delle placentule co'l mele, del Sesimo, qual souerte lo stomaco, e per esser oleaginoso, e tardi si digerisce: genera vn pingue nutrimento, & è ancor di grasso sugo, e tanto questo come l'erysmo co'l pane p il loro calore eccitano la sete.

Sesano.

DEL RISIO. Cap. LXXIV.

Riso.



L riso, è caldo, e secco più che il formento; mà propinquo al temperamento, & è di molto nutrimento, declina alquanto alla siccità: mà cotto co'l latte, & oglio d'amandole, & zucca-

Qualisà.

10,

ro, & macerato prima nell'acqua di aremola, è di maggior, & meglio nutrimento. Accresce la *Piscia* materia del coito, & ingrassa il corpo, & se sarà cotto con acqua chiara, constringe il ventre.

Il mangiarne di cōtinuo, & il suo superfluo vfo, nuoce à quelli che sono vfi hauer dolor di ventre.

ANNOTATIONI.

Non si ritroua cibo più commune, in tutto il *P'so* del riso. Mondo, ch'il riso, tanto vsato in mare, come in terra: si mangia co'l brodo di capon grasso, ò vero col latte, & è cibo di grā nutrimento. Arrostito prima, & cotto in minestra, è buono à dyssenterici. Della sua farina, con la polpa bianca di capone, & acqua rosa, *Bianco man- giare.* latte, & zuccaro, & vn poco di muschio: se ne fa vna viuanda assai vile à risici, etlici, & consumati. La sua farina fatta grossamente, biancheggia le perle, fregandole con essa.

Quello, che hà li granelli lucidi, e trasparenti, à guisa di perle, che sono detti Margari- *PISANEL LI. Elettione.* tini, e che nel cuocere crescono.

Gioua mirabilmente all'ardore dello sto- *Gioiamentis.* maco, & accresce lo sperma, e sana i flussi del corpo.

Nuoce à quelli che patiscono i dolori coli- *Nocimenti.* ci, perche per la sua viscosità tardi discende à basso, & genera vn poco di vento.

Cuocendosi con latte di vacca, ouero di man *Rimedio.* dole dolci, ponendoci sopra il zuccaro, altri li cuocono con l'oglio di amandole dolci.

E caldo nel primo grado, secco nel secon- *Gradi.* do: mà temperatamente, secondo Auicenna, & Rasi.

Tempi, Età,
Complessione.

E buono l'inuerno, per quei che sono giovani, e che molto si affaticano: mà è cattiuo per i vecchi, & per i flemmatici.

Il Riso si semina in terreni humidi, e paludosi, & se si cuoce ne i brodi delle carne grasse, nutrisce più, e diuene molto aggradeuole al gusto. Astringe il corpo, e sana i flussi, massime la sua decoctione posta ne i cristeri. Egli è cibo temperato, nutrisce assai, & ingrassa il corpo. Quando si cuoce con l'aglio, ò co'l butiro; perde la virtù costrettina: gioua à i dolori dello stomaco, e delle budella: cotio co'l latte nutrisce molto più, mà longamente vsato fa l'opilationi: Chi se laua con l'acqua del Riso, leua le lentigni, e si fa bella la pelle. Si deuene il Riso lauar prima molto bene, e poi infonderlo, nell'acqua, e cuocerlo come s'è detto. Il Farro è più humido del Riso, e da migliore nutrimento di tutti gli altri grani. Augmenta il calor naturale: mà essendo cibo grosso; conuiene à quei che durano fatica. Il Farro d'Orgio è ottimo per gl'infermi.

Della virtù del Riso mi riferisco à quantone hà scritto l'auttore, poiche l'altre sue virtù, che si troua hauere, non sono necessarie di descriuerle nel presente trattato, oltre che non sono molte, ne di tropò bisogno; Dirò solamente, che fattone empiastro, & posto sopra la durezza delle mammelle alle donne, le guarisce.

DE ROBIGLI. Cap. LXXV.

Robigli.

Qualità.

Sono i Robigli specie de legumi, quali volgarmente li chiamano Piselli, sono freddi nel primo, & sono trà la frigidità, & siccità di mediocre

REGOLE DELLA SANITA. 589

mediocre temperamento. Sono di picciolo nutrimento, generan mal sangue. Nuociono a i *Nocumens* nerui, & non solamente generan ventosità, come la faua; mà mondati generan miglior nutrimento.

Il suo brodo è vtile contra la tosse, & del dolor pongitiuo nel petto.

ANNOTATIONI.

I Piselli si mangiano co' l suo guscio, bolliti prima, *Piselli* & indi conditi co' l butiro; & vn poco d' aceto, & incitano l' appetito; mà sono flatuosi. Fuori della loro guscia, si cuocono co' l brodo ben grasso, & specie aromatiche, & non sono di mal nutrimento. Quelli che sono secchi, sono come gl' altri legumi flatuosi.

Il brodo lubrica il ventre, & specialmente, quan *Brodo di piselli* do si prepara con l' acqua, & oglio. Dios. nel lib. 2. c. *li lubrica il* 140. loda ancora quelli della medica. Id siccatum *ventre.* iucundi saporis gratia conditaneo sali admiscetur.

Dice Galeno, che tēgono mezzā luogo nel nutrire trà i facili, e difficili da digerire: il simile trà qlli che tardi, e presto passano, trà i flatulenti, e non flatulenti, trà quelli che molto, e che poco nutriscono, e che non han manifesta qualità effetrice, e che sono trà l' acri, e austeri, trà l' acerbi, salsi, amari, e dolci.

Che siano freschi, teneri, non toccati da animali, e che siano senza vermi. *PISANELLI.*

Sono grati al gusto, risuegliano l' appetito, *Elettione.* nettano il petto, & sanano la tosse, & fanno *Gionamens* buono nutrimento.

Nuocono à quei che hanno i denti deboli, e generano ventosità. *Nocumens*

Se

386 REGOLE DELLA SANITA'

Rimedio.

Se si cuocono con sale, e con molto oglio, ponendoci sopra pepe, e sugo di frutti acetosi. mà l'oglio di amandole è il suo condimento.

Gradi.

Freddi nel primo grado, & humidì temperatamente.

Tempi, Età, Complexioni.

Sono buoni ne' tempi caldi per i giouani, & per i colerici.

I Piselli non sono molto differenti dalle faue, mà fanno venire sospiri, & inducono strane meditationi. Nò si digeriscono troppo presto, mà generano lodeuol nutrimento, e muouono il corpo cuocendosi secco la bieta, o altra herba emolliente. Giouano all'asma, alla tosse, & à tutte le infermità del petto, cuocendosi seco l'oglio di amandole. Bisogna che siano ben cotti, accioche perdano il vento: mà si hanno da mangiare senza la scorza, l'estate, ne i tempi, paesi, e complession calde.

De' Piselli, hauendone scritto il Pisanelli tutto quel, che notabilmente di essi se ne troui scritto, non occorre scriuerne di più, se non che nucono à i nerui, & non generano tanta ventosità, come la faua. Il suo brodo è buono contra la tosse, & la liscia fatta della loro decottione purga la roga dellatesta, & la rigna.

DELLA RAPPA. Cap. LXXVI.

Rapa.

Qualità.

Virid.



A rapa, è calda in secondo, humida nel primo, & trà l'altre radici; & herbe è di facil digestione, & di assai nutrimento, se ben che generi molle, & flemmatica carne; per la sua infla-
ne, &

zione, & ventosità, laonde augmenta il coito,
& augmenta la sua materia, ingrassa il corpo,
& propriamente quando si getta via l'acqua,
di sua prima decottione, & si ricuoce nella se- *Virtù.*
conda, & acquista temperanza della prima so-
stanza, & genera mezzano nutrimento, trà il
buono, & il male, & s'ancora la seconda ac-
qua sarà gietata, & recotta nella terza, con car-
ne grassa, è condita con buone spetie, è meglio-
re; & si rimuoue la sua ventosità. Quelle che *Nocimenti.*
non sono ben cotte, generan vètosità, & ostrut-
tioni del corpo.

La rapa ancora fà vrinar assai, è buona con-
tra l'ardor dell'vrina, & estingue la sete.

Il nauone nutrisce poco, & è inflatiuo. Dios.
lib.2.cap. 104.

ANNOTATIONI.

L A radice della rapa, è vsitatissima ne' cibi in
Piemonte, & in molti luoghi di Sauoia se ne
troua, che pesano 50. libbre e più, se si deue dar cre-
dèza à Carlo Steffano: à noi vengono belle à lùrea,
come ancor verso Liorno in Monferrato, & inui so-
no dolcissime.

Sono buone le loro foglie teneri, cotto co'l brodo
grasso, & pepe, & prouocano l'vrina; mà di poco
nutrimento.

Del seme della rapa seluatica, se ne fà oglio per
le lucerne, come ancor del falso miagro del Mathio-
lo, e giandi.

Che sia tenera, nata in luoghi grassi, & colta *PISANEL*
in tempi freddi, dopò cauata dalla terra, lon- *LI*
gamen- *Electione.*

588 REGOLE DELLA SANITA.

gamente si conserui, perche cosi perde la ventosità.

Giouamenti. Dà assai nutrimento, accresce il coito, fa urinare, & è mirabile in illuminare gli occhi, & fare buona vista.

Nocimenti. Genera ventosità, & acquosità nelle venne, & opilatione, ne i porri, & è di tarda digestione, & tal' hora mordica il ventre.

Rimedio. Si ponga nell'acqua fredda, e due volte si cuoca: e buttate quelle acque, poi si cuoca in brodo di carne grasse, co'l fenocchio, e spetie.

Gradi. E calda nel fine del primo grado intensamente, & humida nel primo, secondo la dottrina degli Arabi.

Tempi, Età, Complessioni. E buona ne' tempi freddi per tutte le età, e complessioni, eccetto per quei che patiscono ventosità.

Le Rape per esser buone, bisogna che sentano il gran freddo, e però i poeti le chiamorono Brumalia, & gaudentia frigore Rapa. Plinio dà il primo luogo à quelle del contado di Norcia. Le rape, & Nauoni, con tutto che siano diuersi di colore, e di forma; sono però dell'istessa spetie, e di qualità poco differenti. I Nauoni sono vn poco più pettorali, mà tutti accrescono il coito, e generano ventosità. La rapa riscalda le reni, mà fa gonfiare il ventre, nutrisce più presto molto che poco, mà è difficile da digerirsi: eccetto se si cuoca assai, e ci si pongano spetiarie, & herbe calde, che così diuenta migliore. Cruda è nemica allo stomaco, lo mordica, & non si digerisce. Quoi che le vogliono mangiare arrostate, per conciarle poi con aceto in salata, non le pongano sopra i legni accesi, ou' è il fumo, perche acquistano qualità suffocante

REGOLE DELLA SANITA. 589

focante: mà le cuocano sopra le bragie, ò carboni infocati.

La rapa, oltre che fà vrinare assai, gioua mirabilmente all'ardor dell'vrina, & estingue la sete. La sua decottione è molto buona per lauar' i piedi à i podagrosi. In oltre hò prouato più volte, che la rapa minutamente pesta, & posta incontinente sopra la scottatura del fuoco, leua subito la crescenza del fuoco, & mitiga il dolore, & lo guarisce, massime se subito dopò fatta la scottatura, vi si metterà sopra ben pesta, mutandola spesso volte.

Vale ancor la rapa à serrar le fessure, che si fanno l'inuerno alle mani, & piedi per il gran freddo, & à quelle enfiagioni, che vengono alle giointure delle dita, se si pigliarà la rapa, & si cauarà da lei la parte di dentro, empiendola poi di cera, & d'oglio rosato, con farla cuocer sotto le cenere, lasciandola poi raffreddare, & di quello unguento s'vngeranno le parti lese.

Si può ancor far' acqua di rape tagliate minutamente, & della scorza, per prouocar l'vrina, & spigner fuori il sudore.

Quella è ancor vna spetie di rapa, che noi mangiamo la primauera in insalata, chiamata rapòzoli. Gallina.
Raponzoli. quali altra utilità non portano alla medicina, se non ch'vsandoli per insalata, prouocano l'appetito, & credo, che mangiati cotti à lessò con butiro, prouocano il latte alle nutrice, oltra di ciò questi medesimi mescolati con farina de' lupini, & pesti, leuano le macchie della pelle, & l'acqua lambiccata fà bella la faccia.

Ruta.
Qualità.

Uso.

Virtù.

SI dice, che la miglior ruta, è quella che nasce appresso al fico. La fresca è calda, & secca nel secondo; mà la secca hà queste qualità nel terzo. Il suo uso è propriamente nell'insalata: conforta la milza, il stomaco, ventre, & dissolue la sua ventosità, aiuta la digestione, & induce l'appetito. Gioua alla strettura del petto, acuisse la vista, gioua alla paralisia, e alla freddezza de' nerui. Scazza dalla bocca l'odor dell'aglio, & delle cipolle, amazza i vermi, & rimuoue il desiderio del coito, & desicca, & taglia la sua materia.

Raccomensi.

Il suo sugo beuuto resiste à tutti i veneni, & come di sopra habbiamo detto: con la noce mangiata, è utile nel tempo di peste, & ad ogni veneno. Il continuo usarla è male, & pericoloso; perche si deue mangiar moderatamente, & diligentemente guardargli dentro, che con essa non si mangiano certi vermicelli verdi, quali al tempo della Primavera sogliono venir nelle foglie, quali per la somiglianza ch'hanno con le foglie, & del suo colore, difficilmente si conoscono; perche sono mali, & producono venenosi effetti.

ANNOTATIONI.

Uso.

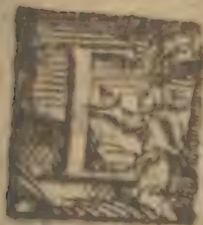
LA ruta s'usa più per medicina, che per cibo, se ben alcune Donne ne fanno fritelle in mezzo il pane con l'oglio, & sale nella Primavera. E
utile

REGOLE DELLA SANITA 391

utile à figliuoli, per amazzar i vermi, & il simi-
le fa il suo oglio untandogli il ventre, & leua il
dolore.

Il seme consuma la milza, & lo sperma.

DEL ROSMARINO. Cap. LXXVIII.



Il rosmarino specie d'olibano, per *Rosmarino*
hauer l'odore dell'incenso biaco. Il
suo uso è ne' balsameti, ò insalate,
ò fritelle, & p dar odor alle carni,
che si rostiscono. Il suo fior si chia *Uso*
ma anthos, & entra nelle cōfettioni cordiali.
Letifica il cuore, apre l'ostruizioni del fegato,
& della milza, risolve le ventosità dell'interio- *Virtù*
ri, & conforta il ceruello; se per frigidità fosse
debilitato.

ANNOTATIONI

L Rosmarino coronario, s'usa più per condimen- *Rosmarino*
to, che per alimento, & del suo fiore, se ne
fa conserva, qual gioua alli affetti del cerebro, &
stomaco freddi, & conforta il cuore, & aiuta la di-
gestione, e conforta le parti neruose: di questo fiore,
se ne fa il mel Anthosato, qual gioua grandemente à
preparar gl'humori freddi. Vili sono ancor ne' con-
dimenti le foglie di lauro, thymo, saureggia, &
hanno l'istesse qualità, di scaldar, & assottigliar il
sangue.

DEL SPINACCHIO. Cap. LXXIX.

L Spinaccio è freddo, & humido nel pri- *Spinaccio*
mo: se ben ch'alcuni dicano, che declini al
temperameto: hà virtù lauatiua, & aster- *Virtù*
sua, & refrattiva della colica, sono conue-
nienti

nienti alla gola, all'asprezza dell'aspera arteria, al petto, al polmone, al fegato, & allo stomaco. Sono di buon nutrimento, & sono migliori, che l'Atriplice. Giovano propriamente à colerici, & sanguigni.

ANNOTATIONI.

Spinaccj.

Non erano conosciuti, gli spinacci appresso gli Antichi Greci, ma si ben dagl' Arabi, se ben contendì il Manardo, che l'atriplice, & spinaccio siano le cryssolachane de' Greci. Il che come dice il Mathioli, può esser vero, nell'atriplici; mà non già ne' spinaccj, che sempre verdeggiano.

Atriplice.

Nel Piemonte si mangiano tutta la Primavera, & massime nella quadragesima, conditi con l'oglio, ò vero con butiro, facendone diuerse viuande, hor cotti nell'acqua, hor da se soli nella padella, & così sono giudicati migliori; per esser assai humidj, & il correttiuo di sua humidità, è il pepe, & zenzero. Sono ancor utili all'ardor dell'vrina, & lubrificano il ventre, & il suo superfluo vso incita nausea, & alcuna volta vomito, come pur fa l'atriplice, e bolito, e sono flatuosi, e muouono il corpo. Galeno, e Dioscoride dicono, che si mangiava ancor il solatro hortolano.

*Virtù.**Atriplice.**PISANEL**LI.**Elettione.*

Che siano teneri, nati in terreno ben colti-
uato, & grasso; che siano vn poco bagnati dal-
la pioggia.

Giuuamenti.

Allargano il petto, e giouano alla tosse, rin-
frescano i polmoni, muoueno il corpo, e mol-
lificano la gola.

Neuamenti.

Generano molta ventosità, nucono à gli
stomachi

REGOLE DELLA SANITA. 593

Stomachi freddi, e generano vn'humore acquoso.

Se si cuocono nella padella, senza acqua nel. *Rimedio.*
l'istesso loro liquore, & poi si condiscono con
oglio, pepe, e sughi acetosi, & vua passa.

Sono freddi, & humidi nel primo grado.

Gradi.

Sono buoni, quando si possono hauere, e
giouano à tutti, massime à i giouani, & à i co-
lerici.

*Tempi, Età,
Complessioni.*

Lo spinace, è herba nuoua, non conosciuta se non
da' moderni, la qual nelle frondi, nel fusto, nel fiore,
& nel seme sempre verdeggia. Semina si il mese di
Agosto, e di Marzo. e nasce il settimo giorno con le fo-
glie prima triangolari, le qual à poco à poco poi di-
uentano sagittali; fanno il gambo alto vn gomito,
concauo dentro, teneo, e fragile; Nascono in luogo
ben coltiuato, e grasso, curandosi poco del verno, &
del freddo. Sono di due sorti, maschio, e femina, la
qual da questo si conosce, che non fa seme. Alcuni
vogliono che siano stati portati di Spagna, e che cor-
retta la voce da spagnaci siano detti spinacci; il che
è falso, pche in lingua Arabica sono detti \dagger spanacchi
da Serapione. Mà io credo che siano stati chiamati
spinacci da noi italiani, perche hanno il seme spinoso,
il suo sugo beuuto sana le punture de' scorpioni, e
l'herba pestata si pone sù la puntura.

A coloro, i quali hanno la voce, ò l'anelito impe-
dito, gioua l'uso de' spinacci, & à coloro, che tosson
spesso, principalmente se la mattina si piglia vn bro-
do di spinacci cotti con butiro fresco, ò ooglio di aman-
dole dolci.

Se metterai qual si voglia sorte di legumi à molla
nella decoctione de' spinacci, per vna notte, diuenta-

P p

ranno

394 REGOLE DELLA SANITA.

Atriplice.

vanno di buonissima cotta. Gli antichi vsauano l'*Atriplice*, in luogo, che noi vsiamo li spinacci; ma sono spinacci di miglior nutrimento, che l'*Atriplice*.

DEL SENATIONE. Cap. LXXX.

Senatione.

Nomi.

Virtù.

IL Senatione il quale possiamo vsar nell'insalata, & minestre, nasce nelle fredde, crude, & stagnanti acque, & alcuni lo domandano peuer d'acqua, altri cruda d'acqua, ò lauati, ò crescione. Hà virtù calda, e secca, & fà ben vrinare, & purga la vessicca dall'arenelle, & rompe la pietra.

ANNOTATIONI.

Sium.

CHiamasi il Senatione qui, il Sio del Mathioli, il quale è il volgar crescione de' Piemontesi, qual s'usa tutto l'inverno per l'insalate: Ma il senatione di Dioscorido, è l'Herygeron de' Greci, da Piemontesi chiamato dalla voce Francesa senesson, ò vero senenon, & nasce da se copioso ne gl'orti: utile à maturar li absessi rebelli à venir à suppuratione, impiastato c'ol butiro, & songia di porco: muoue il mēstruo alle donne, e i Fiammenghi lo mangiano nell'insalata, come ancor l'erba chiamata album-olus. Si usa ancor nelle parti di Vercelli, vicino al Monferato (massime à Crescentino, così chiamato dalla copia de' Crescioni, che vi nascono, qual fù fortificato dal Sereniss. Duca Carlo Emanuel di Savoia, p' resistere à Spagnuoli, quali dell'anno 1616. tētorono due volte di prēderlo) vna specie de' crescioni chiamata dal Mathioli. Sium verum, & da essi canuschia, nell'insalate.

REGOLE DELLA SANITA. 595

salate, & hà l'istesse qualità dell'altro sio, (Chiamato sio volgare, dal Mathioli:) mà è più aromatico, & è più caldo. In alcuni luoghi vsano ancora nella Primauera, le foglie tenerelle della lyssimachia siliquosa, ò vero salicaria, dalle foglie de' salici simili si chiamano salezzetti, cioè piccioli salici; et non è ingrata, refrigera, & astringe. Ancora vien vsata l'anagillide acquatrica del Lobellio, nell'inuerno per l'insalata, chiamata dal Dodoneo cepæa, & sium dal Fuschio, & l'vsano molto in alcuni luoghi, e la chiamano fauazzo, & hà l'istesse qualità del crescione, & gioua al mal scorbutto.

S'vsano ancor le ponde del raffano seluatico, quando sono tenerelle, & rompono la pietra, & scacciano l'orina, & è più potente ch' il raffano domestico.

Sono poi tenuti per delitie nell'insalate da grandi, i piccioli raponcoli, qual si mangiano la quadragesima: sono caldi, & humidi nel secondo, sono vn poco difficili al digerire, mà non grauanano troppo il stomaco: se prima saranno cotti nell'acqua: hanno le facultà del raffano.

Dios. nel lib 2. cap 130. loda ancor il gingidio cotto, è crudo mangiato, per lo stomaco, & muoue l'urina: Dice ancora ch' il scandice mangiato cotto, è crudo, esser utile allo stomaco, & ventre: & il simile la caucalide: qual muoue l'urina. Dice Galeno nel lib. de Alimentis, che il Solarto nutrisce poco, e che gioua oue bisogna refrigerar, e astringer.

DEL SPARGO. Cap. LXXXI.

Sono l'Asparagi, caldi, & humidi nel primo: se ben vogliono alcuni, che si accosti-

Pp 2

no vi-

596 REGOLE DELLA SANITA'.

Virtù.

vicino al temperamento, è trà l'altre herbe il più nutritiuo: augmenta la materia del cto, lubrica il vêtre, & mitiga il suo dolore, fida le reni, & la veflica: purga le renelle, procal'vrina in modo tale, ch'il suo troppo vfo fi spuzzare de' sparagi. Apreno l'ostruttioni d'fegato, & della milza, & dell'interiori, & non sono molto congrui allo stomaco, & alcuna volta inducono abhominazione del cibo.

ANNOTATIONI.

Asparagi riparati.

Simeon Sethi.

Sono tenuti i sparagi temperati, come anco è gramegna, adianto, & simili; perciò i Medici gl'vsano in tutti gl'affetti interni, causati da quasi voglia humore; perche doue bisogna aprire, aprino, & leuano le ostruttioni senza manifesto calor, & doue bisogna astringer diuertono la causa morbifica per le vrine. Simeon Sethi auttor trà Greci, più moderno, dice che i sparagi nutriscono quasi come le carni di gallina: si mangiano cotti con l'acqua, & s'acconciano co'l butiro, & vn poco d'aceto, & pepe, e altri con l'aceto solo. Altri li mangiano cotti co'l brodo di carni, & vn poco di pepe. Nella Lombardia si mangiano cotti nell'acqua, e poco'l pepe, & oglio d'oliua.

Ornithogalon.

I più saporiti sono quelli de gl'horti, & giardini, quali vengono per industria grossi, & li seluatici, quali abbondantissimi sono nelle campagne di Piemonte, massime di Murello, & ne' prati vicini al Tò: sono più diuretici. Vfsano ancor in Piemonte, di mangiar certi asparagi, che non sono altro che vna specie di ornithogalon,

REGOLE DELLA SANITA. §97

galon, di cattiuo sugo, flatuosi, & incitano il coito.
Dios. nel lib. 2. c. 136. così dice dell'ornithogalo, ra-
dix bulbosa cruda, & cocta manditur.

A modo de' sparagi, si sogliono mangiar quei di
Malua teneri, mitigano l'ardor dell'orina; ma si re- *Malua.*
prime la sua troppa viscidità col pepe, & sale: nuo-
reno allo stomaco, & si deuono mangiar inanti pasto.
Le ponte tenerelle del rusco hāno l'istesse facoltà.

Lodauissimi sono le parte tenerelle, nella Prima- *Lupuli:*
uera de' luppali, calde, & humide: & purificano il
sangue, & aprono l'opilation del fegato, & della mil-
za, & sono calde nel secondo: s'acconciano come g'al-
ri a sparagi.

Dios. nel lib. 2. c. 135. dice che l'orlanbache si man- *Orlanbache.*
gia, come gli sparagi cotto, come an cora crudo; per-
to bisogna, che sia pianta differente dal nostro.

Galeno nel lib. Alim fa ancor mentione delle ponte *Rusco.*
del Rusco, della camedaphne, dell'oxyacaniba detta

la noi berberi: com'ancor della byonia, & d'altre
chiamate regy, ò sia $\epsilon\lambda\epsilon\upsilon$, e dice, che nutriscono

poco; ma che muouono l'vrine: fa ancor mentio-
nelle ponte tenerelle d'alberi, e fruttici: e dice che le

in celebri sono quelle del terebinto, Virice, Viri, lōco:

oui, e Rouocane; e noi celebriamo quelle de Cedri,

Lmoni, e l'altri non si mangiano, come ancor il

tutto della Rosa seluaggia, chiamato Cynorrhodon:

al astringe, e nutrisce poco. Dice ancora, che nuo-

no allo stomaco i palmiti, e che tutti i predetti so-

di poco nutrimento, e che fanno cattiuo sugo,

cetto le ponte tenerelle de spini, quando spontano

ori di terra, e che queste si mangiano cotte da ru-

ci, ò crude con l'oglio, aceto, e garo, & che me-

cremento giouano allo stomaco. In Piemonte

598 REGOLE DELLA SANITA.

vsansi le pionte tenerelle della pianta della zuca domestica, cotte con aceto, e oglio per vso de febricitanti.

Luppuli.

PISANEL

LI.

Elessione.

Quelli che all'hora spontano dalla pianta senza hauere le frondi attorno, e che hanno fusto tenere, & non aspro.

Gionamensi.

Generano humore perfetto, & agguagliano gli humori, confortano, e ratificano tutte le viscere, e particolarmente fanno il sangue chiaro, & puro.

Nocumensi.

Nuocono quando si colgono con le frondi e coi fusti duri, perche all'hora fanno dura digestione, & i teneri sono ancora vn poco vertosi.

Rimedio.

Perdono nella cottura ogni ventosità, e fanno cibi di virtù incolpabile, con gran beneficio di chi l'vsa, si mangiano cōditi con oglio & aceto communemente.

Gradi.

Nel caldo, & nel freddo sono temperati, ma sono humidi nel primo grado.

Tempi, Età, Complessione.

Sono buoni sempre, che si possono hauere per tutte le complessioni.

Luppuli.

I Luppuli non furono conosciuti da gli antichi, mà superano tutte l'altre herbe, che si mangiano, di bontà, di sugo: & particolarmente hanno questa proprietà, che rischiarano in sangue, e lo mondano, tirando à basso la feccia di quello in vn tratto, come fanno le tacchie nel vino, che portano al basso la feccia. Nettano efficacemente tutte le viscere, particolarmente il segato; & è marauiglia, che essendo di tanta virtù, siano così poco vsati: che in vero il beneficio che apportano, è merauiglioso, e lo fanno subito. Sono molto stimati in Germania, & in altri

paesi.

REGOLE DELLA SANITA. 599

paesi Settentrionali, e con grandissima diligenza si coltivano ne gli horti, perche senza i suoi follicoli non si può fare la Cernosa. Plinio corsuamente lo nomina Lupo-salicario. Le sue cime si mangiano cotte in insalata, mollificano il corpo, aprono le opilazioni, la decoctione de i fiori, e de i follicoli sana gl' auelenati, e guarisce la rogna. Il suo siropo è miracoloso nelle febri coleriche, & pestilentiali.

Della virtù de' lupuli hauendone scritto l'auttor predetto assai copiosamente, non occorre al presente dirne di più per quanto importi l'uso commune d'essi; solo dirò con esso lui, che l'uso loro, è molto al proposito per gli hidropici. Il lor sugo, ouero le foglie trite, & con la farina d'orgio applicate al fronte di coloro, che patiscono dolor di testa per calidità, portano loro gran giouamento, & la decoctione de' fiori si dà utilmente à bere à gli auelenati, & à i rognosi.

SENAPA. Cap. LXXXII.

V Siamola senapa, in mostarda, & sapor, è uso. calda, & secca in fin del principio del quanto grado. Gioua alla tosse antica, & al- Virtù. l'asperità del petto, taglia la flemma, & viscosi humori: mondifica l'humidità, che sono nella testa. Alcuni dicono che da quella si mondifica l'intelletto, e per sua calidità incita il coito.

ANNOTATIONI.

S I mangia quasi tutto l'Autunno, & l'inuerno la senapa, acconcia con la mostarda, la quale reprime la sua acutezza, che non offenda. Della piccio- Senapa corre- tino.

600 REGOLE DELLA SANITA.

la ne vien in quatità in Cētalte, e nel Marchesato di Saluzzo, e si mandi in diuerse parti. Si biasma la negra seluatica, grossa, qual amareggia, detta Arossena da Piemōtesi. Hā ancor simil qualità il seme di nasturro, thalasspi, & napi. La bianca senapa, e più per vso de ornamento per le donne, che per medicina, e cibo.

Salsa.

Tutte le spetie de salssa infiammano il sangue, augmentano la colera, nuocono à chi patisce difficoltà d'vrina: e giouano à quelli che hanno lo stomaco ripieno di molta pituita insipida, seccando, e detrahendo: incia gl'atti venerei tanto à giouani, come à vecchi, vedi il Giouio. Galeno nel l.b. d'Alim. fac. fa ancora mention per vso de cibi dell' Horminio, qual dice, che tiene mezzan luogo trà il Cymino, e l'erysimo, il qual con l'irione gli scriue nel numero

Salsa.

PISANEL dell'alimenti; hoggi di vsati solo per medicina.

LI.

Electione.

Che sia fatta con herbe molto odorifere, come serpillio, menta, basilicò, aceto rosato, due garofani, pane arrostito, & vn poco di aglio per chi piace.

Giouamenti.

Risueglia mirabilmente l'appetito, e fa mangiare con voglia, fa digerire bene il cibo, e taglia le flemme, che sono nello stomaco.

Nocumenti.

Nuoce à i febricitanti, & à quei c'hanno stomaco ardente, massime se si mangia in gran quantità.

Rimedio.

Mescolandoci buona quantità di sugo d'agresto, ò d'aranci acetosi, e mangiando cibi buoni appresso.

Gradi.

E calda più è meno, secondo la natura del-
l'herbe, che ci si mettono.

Tempi, Età,

Complexions.

Questa è stata ritrouata per suegliare l'appetito

REGOLE DELLA SANITA. 601

tito ne i tempi ardenti, per ogni età, & complessione: e massime per i giouani.

La Salsia è sapor verde, è molto in vso per tutte la parti, e si mangia con le carni, per farle più grate al gusto; e l'estate massime, quando per souerchi caldi l'appetito è perduto, pare che molto si conuenga. Si fa in mille modi, ma Virgilio dicendo.

Allia, Serpilumq; herbas cōtundit olentes.
Pare ch'approui questa per la migliore. Alcuni usano la mostarda, detta *Multus ardens*, qual non conuiene se non ne i tempi freddi, Si usa anco l'Agliata, il sapor di Vua, il sapor di Visciole, la Peparata, & altri sapori secondo i gusti varij delle persone, e secondo i tempi.

Describe il Pisanelli varie, & diuerse sorti di salse, delle quali non parlando per hora, farò solamente mentione di quella, che si domanda mostarda, fatta co'l mosto, & con il senape, la qual essendo calda, & secca, prouoca l'aperito, purga il ceruello dalla humidità superflua, & apre lo opilationi della milza. Oltra di ciò l'empiastro fatto di senape, applicato alla sciatica, gli apporta gran giouamento, & fa vrinare, & à coloro, che hanno la lingua gonfia per humidità, fa mirabile seruitio; se sarà masticata: Vale ancora il senape trito, & poluerizzato à lauar le mani à coloro, che patiscono di pedicelli, ò di prurito in esse.

SEMENZA DELLA CANAPA.

Cap. LXXXIII.

DEl seme della canapa, si pista artificialmẽ - Seme di canapa
te, & se ne fa vna massa, à modo di pillu-
le, grande redutta, & si conserua buono tempo,

po,

Nocimenti.

po, d'onde in alcune regioni se ne fa mincā
stra, che molto scalda: graua il capo, nuoce allo
stomaco, il suo vso non è lodato.

ANNOTATIONI.

Canapa.

IL seme di canapa, è dolce, & saporito; mà non
s'vía in Italia. Questo fù māgiato da Teutonici
l'anno, 1617. in Piemōte. Le sue foglie poluerizate,
& tolte per bocca, fanno più dolce, & meno torbolē-
ta l'vbbriacchezza; perciò non è marauiglia, se le
ponte, & semi erano mangiate da detti; soliti ad
vbbriacarsi. Dice Plinio, Galeno, & Dioscoride, che
vsato dissipa i flatii; perciò estingue la genitura.

*Viriu.**Bangue.*

Il Mathioli dice, che fa il contrario nelle galli-
ne; perche le rende più feconde. Mangiato il seme
largamente genera dellirio. Di simil natura è il
Bangue d'indiani, e Galeno dice, che si mangia il
seme d'agnocasto frutto, qual è di simil natura.

DEL SALE. Cap. LXXXIV.

*Sale di due
sorte.**Viriu.*

L sale tanto minerale, come artifi-
ciale, ò ritrouato appresso l'acque
falle; perche è di molte maniere,
quanto è più falso, tanto più è cal-
do: induce appetito, & per quello lo stomaco
piglia, più volentieri il cibo, laonde la digestio-
ne si fa migliore; conciosia che il sale di sua na-
tura aguzza la digestione, taglia la flemma, &
crudi humori, & li perserua da putrefattione.
Bisogna con moderanza vsar il sale. La gran
quan;

REGOLE DELLA SANITA. 603
quantità, è più conferente, à flemmatici, & la
minore alli colerici.

ANNOTATIONI.

Il Sale Petreo si ritroua in Calabria, & inuè Sale pureo molto usato, come ancor in molti luoghi il Gē-
meo, qual è puro, limpido, & più celebre nella me- Gemmeo.
Francia.
dicina. L'artificial si porta di Francia: cioè di He-
res Isole nel mediterraneo, da Berra, altre volte del
Serenissimo Duca di Sauoia, restituita al Rè di
Francia l'anno 1600.

Il più lodato di questi, è il rosso, qual si porta Sal di Spagna
d'Heniza di Spagna à noi.

In Sauoia, & nella Borgogna, fanno il Sale d'ac- Sauoia, & di
Borgogna,
que thermal salse, & è assai buono. Ma molte sor-
ti di sali ritrouo nelli Antidoti di Nicolao Alessan-
drino, i quali sono incogniti à noi.

Il sale poi se ben s'è essiccante ingrassa; perche
conduce l'alimento alle parti del nostro corpo, &
consuma le parti escrementitie, proibisce la putre-
fazione de gl'humori, irrita con la sua salsedine, la
facoltà espultrice, & con la sua siccità roborala re-
tentrica. Fà che l'acque thermali passino più pre-
sto, et è utilissimo per il viuer humano: perciò gl'Ae- Viru,
tyopi lo spendono in luogo di moneta, come ancor
il pepe: ingrassa ancor le pecore, le rende feconde, &
fa che habbino più copia di latte, & douenta più sa-
porito.

Semola.

A più lodabil semola, è quella fatta di formeto, & si fa così si laua prima il formeto bene, & dopò si secca; seccato si rompe in parti grosse, & si frangie con la mola, & da poi si tritura in parte più minute, in modo che quasi ritiene il mezzo trà lo faricelo, & il fiore della farina, & di qlla habbiamo detto di sopra, che si fa meglio pane, che quello fatto di farina. La minestrà di semola è di maggior, & miglior nutrimento, che l'amido, o altra specie di farina.

*Pan di semola lodabile.**Virtù.*

Estingue il calore, e la sete. Gioua à quelli che sono di fegato caldo; mà più refreda la semola d'orzo.

ANNO T A T I O N I.

Semola.

LA semola di formento, si porta à noi di Sicilia, Sardegna, & Genoua, perche i formenti di Sicilia sono più bianchi, & più grossi di quei del Piemonte, Monferrato, & Lombardia. La semola accocchia come mostra il Benzo, è vsitatissima per il Piemonte à gl' infermi. è temperata, facilmente si digerisce, e non graua lo stomaco; mà quella fatta d'orzo non s'vsa; mà si ben l'orzo mōdo, o d'auena che si domanda auena purgata, o gruz d'auena, e così la domandano gl' Alpini, Chiamano ancora li Piemontesi semola, il seme del Blito rosso, grande; mà non sò con qual ragione, se non dalla somiglianza del seme, qual hà con la semola ordinaria, che si vende nelle speciarie.

Blito maggiore.

REGOLE DELLA SANITA. 605

Il Blitto biāco maggiore, & il rosso seluatico d'al Blitto. cuni vien mangiato, bollito prima, & gettato via la prima acqua si cuoce nella seconda, & specialmente i sorcoli teneri, & così acconciano con l'oglio, & aceto, per vso d'alimento; mà muoueno nausea, & sono quasi dell'istessa qualità, ch'è l'Atiplice.

DELLA SALUIA. Cap. LXXXVI.



E ben vi siano di due sorte di Sal. *Salvia*. uia domestica, & seluestre, niente dimeno habbiamo in vso solo la domestica, ne' cibi, & è di secco temperamento, nel secondo grado.

La salvia conforta il ceruello, li nerui, lo sto *virtù*. maco, è risolutiua delle ventosità, & apperitiua dell'ostruttioni. Alcuni sono che ingiustamente biasmano la salvia; percioche d'essa si generā li rospi, quali sono animali venenosi, & *Rospi nascono appresso la salvia*. questo è, che la salvia hà molti rami, pieni di foglie rugose, e grosse, che fanno molt'ombra nell'estate, sotto la quale li rospi volentieri ricorreno; per la qual cosa gl'ortolani esperti, piantano la ruta appresso alla Salvia, dalla qual ogni velenoso animale fugge.

ANNOTATIONI.

Si chiama Salvia, non dalla salute, che porta à corpi humani; mà perche po'za nelle viuande, così si chiama, in dissetto di sale, supplisse in suo luogo: Come fanno in Piemonte, che la mettono in tutti i legumi, & nelli saporeti: e ne fanno fritelle, come del rosmarino.

606 REGOLE DELLA SANITA.

rino, inuolto nella pulite fatta di farina, & cotto nell'oglio.

Salvia rossa. Ne' paesi Settentrionali vicini al mare, se ne ritroua della rossa, massime nell'Inghilterra, & in Cādia di quella che hà le bacche, la quale è molto odorata, & el gusto è ioane.

Salvia baccifera. La conserua de' fiori, è buona alli affetti freddi, & massime alle Donne.

PIANTE, O MESSE
dal Benzo,

Betonica. **L**a betonica è usata dal Castor Durante ne' cibi, & à noi in Piemonte s'usa solo per medicina, ò vero d'alcuni è tolta, & si fa cuocer ne' brodi di carne per darlo à deboli, che patiscono infermità fredde della testa, e nerui: s'usa le sue foglie tanto fresche, come secche, come ancora i fiori suoi: il sugo delle foglie pigliato al peso di tre onze, è vero quattro punga, & giova a' gottosi: la sua radice fa vomito: & il suo fiore conforta il capo, & tutte le giunture: vedi Antonio Musa, de viribus betonicae. Il suo sale fa tutti gli effetti dell'istessa herba: se ne fa ancora vino, come si fa dell'assenzio, per li sopradetti affetti. Nell'Inghilterra mangiano la prima il Tanaceto, & il Parthenio buoni alle Donne.

Arbutio. Il frutto dell'Arbutio, ò vero delle Cerase marine; sono acerbi, astringenti: offendono lo stomaco, & la testa; perciò se ne mangia poco; perche offendono. L'acqua destillata è buono per seueratio contro la peste, pigliandone al peso di tre onze, con la poluer dell'ossa del cuor del ceruo.

Le

REGOLE DELLA SANITA. 607

Le carobole si danno à mulli, & v'è ne in copia Carobolle, in Villa-franca di Prouenza, & questo è forsi il maggior reddito di quel luogo, & il suo decotto è gioueuole, per la destillation del catarro sottile, come referisce il Montano ne' suoi Consiglij, & destillate mentre sono ancora verde, quell'acqua, che se ne caua è buonissima, e perfettissima per restringer la natura delle Donne.

Et dicono, che del mele, ò sia liquore delle carobole cauato d'esse essiccate, ne condiscono il gengeruo, mirabolani, & noci moscate; mà gli Portughesi sogliono condir dette cose co'l zuccaro, & mele, & le mandano à noi così fresche. Fresche mouono il corpo, & la loro decoctione gioua alla tosse, sono di cattiuu digestion, & di cattiuu nutrimento.

Della cedronella, o sij citronella, ò chalta de gl'bor ti, s'v'sano i suoi fiori, buoni à confortar il cuore: giouano alla matrice, & alcuni v'sano le foglie nell'insalate: hanno virtù balsamica; perciò sono chiamati fiori d'ogni mese; perche si conseruano senza patir ingiuria alcuna d'aria intate tutto l'anno, & fioriscono ogni mese. L'oglio suo è buono alle passion de' nerui.

Gli corgnolli, ò cornali sono freddi, & astringenti: sono di poco nutrimento; i più lodati sono i grossi, & negri ben maturi. Conferiscono à tutti i flusci del ventre, come fanno le sorbe, pruno seluatiche, & simili; conditi si danno à febricitanti.

Il Dragoncello hortense, ò sia dragone, è caldo nel principio del terzo, & secco nel primo: si mangiano e sue ponte teneri nel principio del pasto, per aguzzar l'appetito, si mette nelle salse, & nell'insalate: augmenta il coito, conforta lo stomaco, & la testa, taglia

Virtù.

Kalta, ò cedronella.

Corgnolli.

Dragoncello.

608 REGOLE DELLA SANITA.

taglia la flemma, e per serua l'huomo dalla peste. La sua decottione gioua a' dolori de' denti, & gengine, riscalda il fegato, e assottiglia il sangue; perciò nuoce à colerici, & sanguigni, & gioua à vecchi & flemmatici: vsano ancor alcuni la ptarmica de Mathioli nell'insalate, & è di calda natura.

Ptarmica.

Dragone.

PISANEL

LI.

Elezione.

Che sia coltiuato ne gli horti grassi, che si adacquano assai, e si prendano le cime, & le frondi più tenere, mà non quelle che sono sparse per terra.

Giouamenti.

E la migliore herba, che si adoperi per fare il sapore, è cordiale, genera ottimo appetito, accresce il coito, e conforta mirabilmente lo stomaco.

Nocumenti.

Riscalda il fegato, & assottiglia il sangue, e però quei che sono di calda complessione non vsino di mangiarlo, ne in molta quantità.

Rimedio.

Mangisi in compagnia de i fiori della Boragine, con l'indiuia, o con la lattuca, o con altre herbe fredde, che così perdel'acutezza.

Gradi.

E caldo nel secondo grado intensamente, quasi che tocca del terzo, & secco nel primo.

Tempi, Età, Complessioni.

E buono ne i tempi freddi, per i vecchi, e per i flemmatici, mà nuoce à i giouani, & à i colerici.

Il Dragone herba non fù in cognitione de gl' Antichi; perche questa non è herba naturale, mà fatta artificialmente da gli hortolani, i quali per far questa herba, pigliano il seme di lino, e lo pongono sotto terra dent' o vna cipolla, ouero dentro vna scalogna. Con tutto ciò è herba molto aromatica, & i contadini hanno ferma, e ragioneuole opinione, che mangiata preserui dalla peste, e da ogni corruttione, così

REGOLE DELLA SANITA 609

cōsi interna, come esterna. Et per sanare le doglie fredde de' denti, e delle gingiue, la cuocono dentro il buon vino bianco, e quello caldo per vn pezzo tengono in bocca con felice, e presto successo di buon giouamento. Et in vero è molto cordiale, conforta la testa, e lo stomaco, tagliando le flemme, che ci troua dentro. Onde segue che muoua l'appetito valentemente, e che aiuti ancora il coito. Ne' tempi caldi si mescoli con l'herbe fredde.

Quest'herba essendo in virtù molto simile alla rucola, ò sia rocchetta, non si deue mangiar sola mà con lattuch, & altre simil' herbe, & per esser' herba nuoua, sin' hora non si scuoprono altre virtù principali, che le raccontate dal Pisanelli, saluo che stillata, & ridotta in acqua, per serua l'huomo dalla peste.

Le forcerache, ò sia loro: e costrettino, si mangia fresco, & non secco, & gioua allo stomaco. Forcerache.

La mercorella tanto maschio, come la femina nō s' vfa eccetto ne' brodi per soluer il corpo, specialmente cotta con l'oglio, & sale, ò mangiata con l'aceto nuoce, & debilita lo stomaco, & le viscere: s' vfa il suo melle ne' seruiciali, il simile fa la cynocrambe. Mercorella.

I mirabolani si portano conditi dall' Indie Orientali, i manchi solutini sono gli emblici, e poi gli kebuli, & si danno inanti al pasto conditi, per chi patisse relaxation di stomaco, e ventre: si portano ancor conditi, i bellereci di facoltà simili à' kebuli: di rado si vëgono cōditi, i citrini, e negri: e noceno à chi patisse d'opilation di fegato, e milza: chiamano in Piemonte mirabolani certi pruni simili alla loro faterza, & hanno virtù dell'altri pruni. Mirabolani.

La noce d' india è calda nel secondo, humida nel Nore d' india, primo: si lodano le fresche, & quelle di Portugalla,

610 REGOLE DELLA SANITA'.

Se ne fa oglio, & condimenti per l'augmento dell
sperma, & p far secòde le donne: Gionano alla rosse
ragliono al petto, alla raucedine co'l iulep iutubino:
la polpa ingrassa, è buona a dolori colici, à paralisie
al mal caduco, al tremore, à tutte l'infermità de ner-
ui: il liquor di dentro mitiga il dolore delle morici,
& delle podagre, & le gomme gatiche: il Durando
dice, che cotta dentro vna gallina con pignoli, &
pistacchi, & canella: mangiandosi poi il tutto fa in-
grassare i magri, aggraua lo stomaco, quantunque
non generi continuo nutrimento. Si mangiano cotte
con buone carni.

*Frutto del fa-
gio.*

Il frutto del faggio, detto orbacbe, hà in se qual-
che calidità, & astrettiuo; la sua animella è dolce, &
di grato sapore, massime a' ghiri: la più lodata è la
fresca. Dice il Durando, che i nocioli del faggio
mitigano i dolori delle reni, & cauano fuor le pie-
tre, & le renelle: de i frutti s'ingrassano i Porchi, &
altri animali, & molti si sono sostentati con detti
frutti ne gl' asbedj, & i Sorzi vengono à schiere inse-
gnati dalla natura, à passersi nelle selue, con detti
frutti: sono astringenti, & fanno flitico il corpo.

Di simil natura dice Galeno, che sono i frutti di
Quercia, elice, corno, comaro, rouo, canerouo, acher-
do, ò sia achras, ch'è il pero spinoso, ò seluatico: l'a-
gricocymelo, che nuoce allo stomaco, e fa dolor di te-
sta. Dice che tutte le giandi nutriscono al par de fru-
mentacei: ma che tardi passano, e che fanno sugo
crasso, e sono di difficil digestion: biasmo il Μυμυ-
λος, e la castagna.

Origano.

Oltre le predette piante, si suole mangiar in Pie-
monte, il volgar origano ne' condimenti, come ne'
sanguinazzzi di Porco, e Anchiodo, & altre viuade:

Gionan

REGOLE DELLA SANITA. 611

Gioua alle passioni fredde delle viscere naturali, della matrice, & intestini, aiuta alla digestione; perciò se ne mette nella poluer digestina: sono di simil natura l'altre specie d'origano, trago origano, nepitella, & pulegio, & d'alcuni ancora il serpillio si mangia, aggiunto nelle herbe, & fa l'aceto forte: la poluer di satureggia s'vsa ancora dalle Donne, per le passioni fredde, & per leuar l'ostruizioni di tutto il corpo. V sano poi la Primavera le Donne; per l'affetti della matrice, l'arthemisia nell'herbette, & torte, come ancora la menta greca, della quale ne mettono nelle frutelle fatte cō gl'oui. Il simile v sano per detti affetti con l'herbe la valeriana, e l'ortica tenerella, p gl'affetti del petto, & per muouer l'vrina, & la bellide, che gioua a' nerui.

Nepitella.

Pulegio.

Serpillo.

Saturegia.

Arthemisia.

Menta greca.

Valeriana.

Ortica.

I fiori di Primavera, & delle viole s'v sano tal volta nell'insalata. La pimpinella s'vsa nell'insalate, & si macera nel vino, & rallegra il cuore.

Bellide prima
vera viole p
pinella.

Quella specie più minuta, che si semina ne gli horti per l'vso dell'insalate, che hà le frondi di picciole: mà d'intorno dentate, & i fusti rosfeggianti.

PISANEL
LI
Electione.

Mondifica le reni, e la vessica, prouoca marauigliosamente l'vrina, e caccia fuori le pietre, e le renelle: e posta nel vino rallegra il cuore potentemente.

Gionamenti.

E vn poco graue da digerirsi, rende il corpo stitico, & ad alcuni riscalda il fegato, & il sangue.

Nocimenti.

Si deue mangiare in insalata cruda, mescolata con altre herbe fredde, che gli leuano quel poco di caldo fouerchio, che tiene.

Rimedio.

E calda, & secca nel secondo grado, & Gradi.

Qq 2 secondo

secondo alcuni tocca del terzo.

Tempi, Età, Comploſſione. In poca quantità è buona ſempre; mà particolarmente l'inuerno per i vecchi, e per melanconici.

La Pimpinella non è ſtata conoſciuta da gli antichi, ſe non che i ſempliciſti la riducono ſotto la ſpetie della ſaffragia, per la gran virtù ch'ella tiene di rompere, e cacciar fuori le pietre, e la renella dalle reni, & dalla veſſica, maſſime quella ſeluaggia, che per puzzar di Beccho, ſi chiama Hircina. La domeſtica è ſingulariſſimo rimedio contra la peſte, uſando la ſua decottione in acqua, ò in brodo, ò l'acqua lambiccata, ò l'herba cruda è ſecca in poluere: & empiſtrata, e poſta ſui carboncelli, li ſana ſubito, & però ſi adopra ancora valentemente contra tutte le paſſioni, e ſincopi del cuore; perche conſuma l'humore melanconico, chiarifica il ſangue, e moltiplica gli ſpiriti vitali, maſſime infuſa dentro il vino.

La pimpinella d'horto da noi in queſte parti di Piemonte molto uſitata nelle inſalate, preſa in beuande, è ſingular rimedio à reſt. inger il fluſſo menſtrual delle donne, & ogn'altra ſorte di fluſſo di corpo, maſſime per diſſeccar le piaghe, & vlcere, applicandoſi in forma d'empiaſtro. Di lei ſe ne fa gran conto in tempo di peſte, Et il Corte medico famoſo ne compone vn ſyropo contra le peſte, & ſcriue, che l'uſo frequente della Pimpinella, è ottimo preſeruatiuo contra le malatie periculoſe. Se metterai il fegato di vitello, ò di qual ſi voglia altr'animale inuolto nella pimpinella al freſco, lo conſeruarai quattro, ò ſei giorni, come ſe foſſe ſcorticato all'hora dal corpo de gl'animali, Meſſa anco nel vino, quando ſi beue, lo rēde più giocōdo, et dà cōforto al cuore.

REGOLE DELLA SANITA. 613

Il Coronopo, ò sia corno di ceruo, è buon per la pas. *Coronopo.*
 sion celiaca. Vsa da gregari il lepidio di Paulo *Lepidio.*
 nelle viuande, e fritelle, qual è di natura calda nel
 terzo, & s'usa d'essi in vece di pepe, & chiamasi
 herba penerella, buona alle sciatiche, come l'irion, &
 l'iberide, come dice ancora Dioscoride, ch'è Capadoci:
 vsauano nella prisana la draba in luogo di pepe, ve-
 di nel lib. 2. cap. 1. & 8. Altri hò veduto, che mangia-
 uano nella Primavera il ranoncolo, secondo de' prae- *Ranoncolo.*
 ti, senza alcuna offesa, & il simile le foglie del gran *Leparo.*
 lapato, ò del rhabarbaro de' monachi; ma non sono
 loduoli: perche generan cattiuo su'o.

Altri fanno bollir quelle picciole teste, piramida- *Equiseto.*
 li, bianche dell'equisetto, detto da Piemontesi sciogli-
 ni, condite in vari modi, & sono astringenti. Vsa
 ancora le foglie dell'Alfine, ò sia morsus galline, *Alfine.*
 qual refrigera sommamente, & è di poco nutri-
 mento.

Il frutto del terebinto, si mangiaua nel tempo di *Terebinto.*
 Dioscoride, come recita nel lib. 1. c. 76. & dice ch'è
 buono à mangiare; ma che nuoce allo stomaco, scalda,
 muoue l'orine, incita venire, & beuui co'l vino gio-
 ua al morso del falango. Il Raulso dice che quel-
 lo frutto è simile al pistacchio.

In Palestina vsano le radici del legitimo secacul, *Secacul.*
 come fanno in Europa del sessarò, & hà le facoltà
 della pastinaca. Dicono esser di simil natura l'erin- *Sigillo.*
 gio, & il poligonato, ò sia sigilla di Salomone, quali si *Salomone.*
 mangiano conditi.

Si vsano ancora i frutti del sicomoro, quali nasco- *Sicomoro.*
 no tre, ò quattro volte l'anno alle caudici dell'albe-
 ro, & si feriscono con l'ongia, ò coltello per farli ma-
 turare, si mangiano dalla vil plebe, particolarmente

in tempo di carestia, sono di pocchissimo nutrimento, & inimici allo stomaco. Di simil natura sono i frutti del fico Cyprio.

Ginepro.

La grana del ginepro, se ben Dios. dica che sia dolce nel mangiarlo: nientedimeno s'usa più per medicina, che per nutrimento: calda lo stomaco, & il petto. E' molto acre con poca dolcezza, e poca astrittione, nutrisce poco, mordica lo stomaco, riempie la testa, vnde escitansi i dolori: non irrita, ne tampoco astringe il ventre: muoue mediocrementel'vrine: il frutto

frutto del cedro.

del cedro, è alquanto più secco, duro, picciolo, e acre, non si conuertere in nutrimento, se non si macera prima nell'acqua: mordica lo stomaco, causa dolor di testa.

Sumach.

Dice ancora Diosc. nel citato loco à capi 124. che il frutto del Sumach, si spargea sopra le viuande, per quei che patiscono la passion celiaca, & la dysenteria. Come ancora à capi 128. dice, che il frutto del myrto tanto fresco, come secco dato ne' cibi, è vtile à chi sputa il sangue, & alle rosioni della vessica.

Myrto.

Lotto.

Dice poi. che il frutto del Lotto albero, è grosso vn poco più del pepe, dolce e grato ne' cibi: non grana lo stomaco, & astringe il ventre.

Nel giardino dell'Eccellētiss. Alessandro Medico in Vercelli, vi sono gran quantità d'alberi del lotto, che sono molto dolci, & maturano nel fin dell'Autunno: sono detti frutti quasi simili a i sebesten.

Laferpitio.

Scrue Dioscoride nel lib. 2. c. 76. che vsauano ancora gl'antichi il laferpitio; così dicēdo. Cyrenaiicus, cum quis degustarit, humorem toto corpore ciet blandissimo odore, adeò vt ne os quidem gustanti, nisi paululum spiret: & della sua radice così

REGOLE DELLA SANITA. 615

te così disse. Radix ex calfacit: in cibis egrè con-
coquitur, vesicæ noxiat.

Scrive ancora il Garcias, che gli sacerdoti dell' In-
die Orenziali, purgano l' Assai in tal maniera, che l' v. l' Asa.
sano per condimento principale in tutti i cibi, & il
Clusio dice, che vn Rè Indiano la domandaua cibo
de' Dei.

In Verona sono vsatissimi i Dolzolini, ch' hanno Dolzolini.
sapor di cassagne, chiamati trasi dolce, il quale è vn
cypero esculento, & di dette radici con ase, & ma-
cerate nel buon brodo di carne, & indi spremute per
vn panno di lino, se ne fa vna beuanda buona per le
passioni del polmone, & del petto, & gioua grande-
mente alla tosse: gioua all' ardor dell' orina, & alla
dysenteria; come le carni nell' acqua fennata prima.
Alcuni sono di parer che l' vso di queste radici sia
gioueuole per inchiar l' vso venereo.

Ritrouo ancora, che non si sa il certo che cosa sia il
Bulbus exculentus di Diosc. e di Galeno nel lib. Bulbus escu-
Alim. facult. tanto celebrato nelle viuande; perche lenius.
nutrisce molto, & incita venere, laonde scrisse Mar-
ziale.

Cum sit annus coniux, & sint tibi mortua
membra.

Nil aliud Bulbis, quàm satur esse potes.

Perciò cōclado, che per il Bulbo esculento, & do-
mestico, habbiano gl' antichi inteso varie specie di
piante domestiche, e seluatiche, e queste sono di molte
specie, trà le quali il maggiore del Dodoneo, & anco-
ra il suo minore chiamato Hyacinthus dal Mathiolo
intendo, che si mangiano corti in certe parti della Gre-
cia, & nell' Apuglia: mà in Piemonte non si man-
giano alcuna specie di Hyacinco, ne tampoco l' aspho-

delo di Galeno, qual scrine nellib. de Alimēt. facultatibus, ne tã poco le radici di Narciso, & Tulippo qual intendo che sono mangiate d'alcuni Belgici.

Satyrium.

Gli satyrioni, & i testicoli di cane di tutte le specie non s'vsano eccetto conditi, per i debili, smagriti, & perchi desidera vsar assai il coito; perche confortano le membra spermatiche; & augmētan la materia del coito: l'eryngio si condisce ancora per questo effetto.

Al contrario poi fanno molti altri, & massime nell'estate; che mangiano il seme de' papaueri bianchi, per reprimer venere, & per conciliar il sonno, & si mangia fresco: il suo latte mitiga l'ardor dell'orina, & l'infiamaggion della matrice, & il suo oglio gioua al rossor della faccia.

Carlina.

L'umbelle, ò capitelli della Carlina, detta dal Mazziolo chamaleone bianco, & da nostri Alpini chiamasse: si netteggiano dalle pungenti spine, & fiori, & si piglia la parte di mezzo tagliandola in fette, como si fanno le rape, & da esse ne resuda vn liquore lacteo, lento, & tenace, che à pena si può lenare, & detti ecchini così tagliati, si cuoceno nel buon brodo, & si mangiano, & sono molto soauì al gusto, & più soauì assai di quelli de carchiosi, & cardi, & questa viuanda è assai commendata alla tauola di S. A. Sereniss. di Sauoia: si mangiano ancor acconci in varij modi, cioè col butiro, sale, & pepe, & così essendo di continuo mangiato questo echino, & che non fa alcun danno il suo liquore chiamato goma Ixia da Greci, venenata, si deue cōcluder, che i nostri de gl'Alpi sono innocenti; mà quei di Grecia, ò che sono mortali, ò vero che la conditura, & il fuoco gli correggono la mala loro qualità. La radice s'vsà contro la peste, & morbi maligni, & per amazzar i vermi à figliuolini;

REGOLE DELLA SANITA. 617

lini; se ben sia dolce. Ammazza i Cani, & i Porci, & i Ratti.

Le umbelle della pianta massima tenerelle, s'ac- Pianta mas-
conciano ancora in simil maniera: sono però di po- sima.
co nutrimento.

La barba di becco, detta da Piemontesi barbaboc, Barba di be-
è mangiata da figliuoli, mentre che h'è il suo sorcolo co.
tenerello, & ancora cotto si condisse come i sparagi,
è di sapor dolce, & Theophrasto la numera nel lib. 7.
cap. 7. dell'hist. delle piante, nel numero dell'herbe,
che si mangiano. E calda, & humida temperata-
mente. Alcuni hanno pensato, che habbia l'istesse fa-
coltà della scorzonera di Spagna, la quale resiste à Scorzonera
veneni, & morsi de serpenti venenati, & si condi-
sce la sua radice, per questo effetto: usano boggidi
in Piemonte nell'insalata nell'inverno, la radice della
saffica, cotta, come si fa la radice di cicorea, & è Saffica
dolce, & molto dellicata, & hà le virtù della barba
di becco: ancora questa vien tolta d'alcuni per la scor-
zonera, & così la spendono per tale i Medici d'Ali,
& il Signor Conte di Luserna, & l'acqua fa effetti
mirabili. Della barba di becco così scrive Diosc. nel
lib. 2. c. 136. Herba esui apta est.

Nell'Italia s'usa ancora il melantio, d' sia nigella Melantio
odorata, & massime la citrina ne' condimenti, &
nelle placentule, che si fanno di pasta, aggiogendovi
della senapare calda, e secca nel terzo ordine, & aiu-
ta quei che difficilmente spirano.

La faua d'Egitto è à noi incognita, e quella depinta Faua d'egitto
dal Marthiolo, non si sa che cosa sia: poiche essa è de-
pinta col fusto cargo de fructi, ilche nega il Bello-
nio, dicendo hauer visto nell'Egitto la colocasia, chia-
mata faua d'Egitto, & nò hauer potuto ritrouar al-
cuno

618 REGOLE DELLA SANITA.

tuno (se benche vi nasca in copia in quelle parti) seme, ne frutto, anzi domandato al Cayro alli habitanti di questo frutto dice, che si rissero di tal domanda.

Ciborion.

Mà pur molti Greci fanno mentione di detta faua, & Aëtio la domanda ciborion. Il clasio dice hauerla ancor veduta in Spagna; mà senza frutto: in sòma ritrouo, che la Colocasia, & l'Aro di Egitto esser tutto vna cosa istessa, com' ancora il loto de gl' Aegyptij. la cui radice dice Theophrasto, che si domanda Corsium: mà lasciando queste diuersità d'opinioni da banda, dico che la colocasia si mangia in quelle parti cotta, e cruda, & in quasi tutte le viuande, come facciamo noi le rape, & è di gratissimo sapore: nutrisce assai la colocasia, & è grauiissima allo stomaco; mà difficilmente si purga; per esser astringente, e anco flatuosa.

Corsium.
Colocasia.

Aron.
Galeno.

In alcuni luoghi ancora si mangia, come dice Dioscoride la radice dell' Aron, & le foglie si condisciono nell' aceto. in Cirene dice Galeno, che questa radice non hà acrimonia, anzi si mangia, come à noi le rape cotte, in alcuni altri luoghi si mangia prima cotta in due acque; per esser vn poco più acre, & dicono che la femina è più buona, che il maschio; per esser questa più dura, & più difficile à digerire, come vuol Plinio.

Papyro.

Bardana.

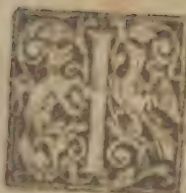
In Italia, & in tutta l'Europa hà tanta acrimonia, che non si vsa, se non per vso di medicina. Dice ancora Diosc. nel lib. 1. cap. 98. che gli Egitij vsauano mastigar la radice del papyro, ingiotendo il sugo solamente, & gettauano via il resto.

I cauli teneri della bardana, si mangiano mondati dalla prima scorza amara co' l' sale è pepe. Scaldano nel secondo grado, & sono buoni per gl' affetti del petto.

REGOLE DELLA SANITA. 619

petto. Così si mangiano anco i sorcolli del silibo, d'alcu
ni chiamato impropriamēte spina bianca, com' ancor
così la chiama il Lonicero, & copioso nasce nelle ripe
del Pò, appresso all' Inclita, antiqua Città, & centro
dell' Europa Torino.

DE' TRITI. Cap. LXXXVII.



Triti sono fili, ò coregie composte
di massa d'azimo, sono caldi, & di
superflua humidità: sono di dura
digestione, constringono il ventre,
& tardi descendono dallo stomaco. Generan
ostruizioni del fegato, & di milza, preparano la
preda nelle reni, & nella vessica, sono buoni
contro la tosse, & il dolor del petto, & del pol-
mone: generato da calidità, & chi desidera fug-
gir il suo nocumento, deue cuocerli con buona
carne grassa, & con oglio d' amandole, & pepe
condito, & dapoì quello piglia menta, origano
& calamento: e beua vino puro, e buono.

Triti.

Vini.

Condimenti.

ANNOTATIONI.

I Tritti detti da Piemontesi tagliarini, quando so-
no fatti di semola, ò di pasta fermē:ata, & poi cot-
ti co' l' buon brodo, non sono di cattiuo nutrimento,
anzi si concedono all' infermi. Difficili sono à dige-
rire li maccaroni, le lasagne di pasta non fermenta-
ta, & altre simili sorti: mà se sono mangiate co' l' vi-
no potente, si digeriscono più facilmente, & fan-
no sperma assai: si deuono schiuar quei che sono fatti
di longo tempo.

Triti lodati.

DE'

Tartufani.

LI tartufani, come habbiamo sopra-detto, ch'è differenza, trà loro, & li fongi: perche tutti li fongi sono tartufani, & non per il contrario. Sono di

*Qualità, è viti**sa.**Nocumenti.**Electione.**Altra specie**di tartufani.**Tartufani hā**no minor fri**gidità de gli**altri.*

difficile digestione, inducono difficoltà d'urina, generan grosso, e melancolico nutrimento, & da quelli si teme, che non escitano l'apoplezia, paralizia, & venenosi accidenti: come de' fongi habbiamo detto. Gli tartufani non hanno sapore, & di quelli sono migliori li bianchi, ne' quali non v'è mal'odore, & propriamente conditi co'l sale, & spetie. Si deue ancora notare, che quelli che si chiamano in queste parti tartufani, non sono da metter nel capitolo de' fongi, ne in questo; perche gl'antichi di quello fanno diuerso capitolo, nel quale molti Medici s'ingannano.

Dicono l'Autori, che si trouano alcune generationi de tartufani, adunati, & verrucosi in grandezza di testiculo, hauendo verruche, o venuze profonde, che nascono in arenosa terra, come nascono i tartufani, e fongi, & è assai di suauè sapore, declinante à dolcezza, & quando si fa comparatione delli fongi, à tartufani, mai non s'è inteso da nessuno, che facciano alcuno nocumento, come li fongi, & li tartufani hanno minor frigidità de gl'altri tartufani, e fongi, ne sono vacui d'humidità, estraendo con la siccità della sua sostanza ventosità, che si comprende quando vogliono saper la sua

REGOLE DELLA SANITA. 621

sua perfetta cottura , butandoli sotto le caldi ceneri, manda fuori vn sono, con vento; per il che incitano il coito , & accresce la sua materia, & è di questo tartufano, che intese Galeno, *Galeno.* che vuole che li tartufani non sian generati di mali humori , & questo si può creder per il loro odor aromatico, e dolcezza del sapore, & specialmente quando cominciano à douentar negri.

Li tartufani nascono circa mezzo l'Autunno, & sono prima bianchi dentro, & indi circa *Tartufani sono prima bianchi* no prima bianchi, e quando sono d'vna perfetta negrezza di dentro circa Primavera, si putrefanno , & si conuertiscono in vermi. *che poi negri.*

Molti sono di parer, che questa generation di tartufani sij calda; per cio che la neue sopra d'essi si dilegua, e liquefatta poco dura : ne tampoco appresso , à questi tartufani nascono herbe, & per la loro calidità incitano il coito : mà pure la verità, è che tutti i tartufani, & sua generatione son di fredda complessione : mà questa generatione ; perche hà odore aromatico, & dolce sapore pare che declini à manco frigidità , & s'aprossimar si più al temperamento.

La neue sopra li tartufani si liquefa facilmente; perche da quelli, & dalla terra grassa, che gl'è circonstante , continuamente si leuano vapori humidi, dal caldo putredinale; per la qual cosa, questa generation di mosche, habitan volentieri sopra li tartufani.

L'herbe non nascono circa li tartufani; perche essendo generati per putrefattione , dalla grassezza

612 *REGOLE DELLA SANITA.*

grassezza della terra, & essendo essi nutriti della medema grassezza, & detto nutrimento della quale l'herbe si douriano generar, & nutrire: non si nutriscono, per difetto d'alimento; perche pare ch'incitano il coito, non è per cagion di calidità, mà per la ventosità, & per la materia dello sperma, che si genera, per la grassezza de' tartufani.

Vn'altra generation de tartufani, che nascono simili à q̃sti ne' piani, & ne' prati, comindiano à nascer circa al mezzo della Primavera, & durano sempre bianche dentro; mà non hanno odore aromatico, ne sapore dolce: si trouano solo al tempo del caldo, e questi nō sono odoriferi, ne saporosi, se non al tempo freddo, cioè dell'Autunno, per fin al principio della Primavera.

ANNOTATIONI.

I Primi tartufani de quali fa mention l'Autore sono poco differenti in forma, & sapore, & mala qualità de fungi, v'è ne sono di due sorti in Piemonte i primi più celebri, & più lodati sono quelli, che nel principio sono bianchi, & poi douentano negri, & questi v'egono nelle colline di Monferrato, & nel Contado di Coconato, & gl'altri sono bianchi, & hanno odor d'aglio, & si ritrouano nelle colline vicine, al Mòdoui, & Cunio, & questi cotti col vin bianco, e sale, & pepe sono di gusto assai giocondo, & aggradiscono molto al Serenissimo Duca nostro.

Gl'altri de' prati nō sono troppo à noi conosciuti; mà è ben vero, che nell'estate se ne ritroua ne' colli
sopra

REGOLE DELLA SANITA. 623

sopranominati. Da Francia in Piemonte han por- Battatas d' n-
tato vn'herba, che fa le foglie quasi come l' Helenio; diani.
mà più picciole, & non così aspere con fuslo, è fiori si-
mili, & ha le radici grosse, teneri, & tuberosi. & in
gran quantità, e sono bianche, più grosse assai che li
tartufani, & sono chiamate d'alcuni triffole, e tapi-
namboi, e quali condite cotte co'l butiro, & pepe, &
sugo de' limoni, sono buone, & nutriscono, come le
rape, & sono humide, ventose, & incitano il coito.

Vogliono alcuni, che siano le radici del Battatas
del Clusio, le cui radici nutriscono assai, tanto cotte, co-
me mangiate crude, & cotte sotto le ceneri calde
perdono vn poco di flatuosità, che hanno, & hog-
gidi molte si ritrouano ne gl' horti di queste radici,
quali lussuriano nel terreno in tal maniera, che vna
sola radice ne multiplica molte, specialmente se si ta-
gliano spesso i rami. Hoggidi ancora piantano cer-
te radici tuberosse di fuori rossegianti, & bianche
di dentro teneri, e cotte sono friabili, & producono
vn ramo con le foglie simili alla pianta, che produ-
ce i pomi d'oro; mà più bassi, poiche non ascendo-
no più d'vn cubito, e mezzo, fa i pomi tondi, pic-
cioli di grossezza d'vn mediocre sorbo, verdi, i fiori
sono simili a quei delle ammarezane, & mettendo
nel fin dell' Autunno i rami sotto terra, di nuouo
producono molti tartufani, quali s'aconciano, come
le radici del battatas; mà sono più insipide; perciò
vi bisogna quantità di sale, & aromati per con-
dirli.

Che siano grandi, grossi, con la scorza gra- PISANEL
nellosa, e dura, molto freschi, non toccati di LI.
putredine, di buon'odore, negri dentro, che Electione.
son maschi meglior de' biachi, che son femine.

Sono

624 REGOLE DELLA SANITA.

Giovenenti. Sono delicati al gusto, augmentano lo (per-
ma, e l'appetito del coito: da se non hanno sa-
pore, mà riceuono quello, che lor si dà.

Documenti. Nuococono à gli humori, alle complessioni, &
à i mali melanconici, & con processo di tempo
fanno tristo il fiato della bocca, & sono molto
ventosi.

Rimedio. Mangiandoli cotti con molto oglio, pepe,
e sugo di limoni, e beuendogli appresso vn
buon vino, e senza acqua: ò vero bolliti nel bro-
do grasso con canella.

Gradi. Di sua natura sono caldi, & humidì nel se-
condo grado: mà se con spetie calde si apparec-
chiano, diuentano caldi assai, & perdono l'hu-
midità.

Tempi, Età, Complessioni. Sono cibi da tempi freddi, da giouani, & da
colerici, perche generano humori grossi, e me-
lanconici.

*Scrìue Plinio, che poco tempo, fà essendo Laërtio
Licino Pretore di Spagna in Cartagine si guastò i
denti dinanzi, mangiando vn tartuffo, nel quale era
dentro vn danaio ilche dimostra che la terra si rae-
colga in se medesima, e si condensi. Nascono i tar-
tuffi dalla pituita, che da gli arbori alle radici si rac-
coglie, e da' grandissimi tuoni si vñisce, e si congela ne
i terreni sabbionici, e doue nascono molti frutti, e so-
pra loro non si congela la neue. Martiale antepone
i fongi à i tartuffi dicendo.*

*Rumpimus altricem tenero de cortice ter-
ram.*

Tubera, boletis poma secunda sumus.

*Mà Giuvenale, che fù al tempo di Traiano, è di con-
traria opinione.*

Nascono

REGOLE DELLA SANITA. 625

Nascono senza seme, e però dicono.

Semina nulla damus, nec semine nascimur
villo.

Sed qui nos mandit, semen haberet putat.

Sono più lodati, che i fongi, perche non hanno mai ammazato nessuno, come hanno fatto quelli. Chi troppo gli vsa, incorre co'l tiepo nella paralisia, e nella podraga: fanno venir difficultà di vrinare. Quei, che nascono in terra arenosa, sono tenuti i migliori. I porci li trouano, e li scauano subito, e così auer alcuni cani auuezzì, & insegnati, & ancora in Puglia hò conosciuti villani, che in vn tratto li ritrouauano.

Scruiendo il Pisanelli de' tartufani dice, che di lor natura sono caldi: indutto forse perche, oue nascono, non vi dura la neue, ne vi nasce molt' herba. Il contrario tengono molti medici, massime Galeno al 2. de gli alimenti, al cap. 68. Oue dice.

Tubera corpori præstant alimentum sub frigidum.

Il che conferma Auicenna nel lib. 2. tract. 2. al cap. 696 quando dice, che sono di sostanza terrea, & acqua, hauendo queste qualità dalla terra, dalla qual nascono. Onde dice Linceo.

Viticam mare procreat, terra verò Tubera.
Et sogliono indurre apoplessia, epilepsia, & simil mali, causati da freddi humori, Et noi vediamo per esperienza, che si mangiano con cose calde, come pepe, & sale, qual dimostrano l'esser loro, che se fossero calde, non si mangiarebbono con cose calde. In oltre che per esser generati dalla terra, bisogna, che tenghino, & partecipino della sua freddezza, & à quello, che si dice dalla neue, & dell' herba, rispondo, che proviene dal terreno, oue nascono, qual' è arenoso, gene-

R r

randosi

626 REGOLE DELLA SANITA.
randosi nelle pioggie, & tuoni dell' autunno, onde di
ce Giuuenale.

Et facient lautas, aptata tonitrua cœnas.

DEL ZUCCARO. Cap. LXXXIX.

Zuccaro.

Virtù.



L Zuccaro, è domandato mele di
canna inanti che sij depurato, &
solutiuo, & absterfiuo. Il zucca
ro depurato è caldo, & humido in
Primo, genera buono nutrimento, apre il petto
& lenisse la sua asperità, gioua allo stomaco: ma
à gli stomachi colerici, facilmete si conuerte in
colera. L'vso del zuccaro appresso alli sani, &
nelle confettioni tali virtù acquista, quali han
no le cose confette con esso.

ANNOTATIONI.

Diversità di
Zuccaro.

GL'antichi Greci nò hebbero cognition del zuc
caro, qual noi vsiamo, che si dica, che sij cal
do, & humido temperatamente, questo s'intende di
quello bianco, che non è raffinato in panni grandi,
ò piccioli; perche per la longa cottura esso acqui
sta maggior grado di calidità, & perde la sua propria
humidità, acquistando più siccità. E come Galeno
vole ch'il melle diuenti amaro, per la sua longa
cottura, come recita nel libro della natural facultà,
così si vende il zuccaro più caldo.

Il rosso, & il rosso bianchegiante, l'vno è buono so
lo per clysteri, & l'altro per i medicamenti purganti,
ò lenienti.

Il bianco, che non è troppo arido, è il più sano di
tutti

REGOLE DELLA SANITA. 627

tutti per li cibi, e per i medicamēti alteranti, per esser temperato: il più tristo è quel negregiante di Sicilia.

Quel di Madera è dolcissimo; ma ritiene in se un odor nauseatuo, il più tenuto in pretio è quel chiamato fino, in piccioli panneti; ma questo per l'artificio, & per la sua cottura non è troppo lodato: il Quercetano dice, che sotto la sua dolcezza sta l'amaro, & sotto il bianco sta il negro. Mangiato da se solo facilmente si trasmuta in colera; ma accompagnato con altre viuande, acquista l'istesse qualità delle cose, le quali sono associate con esso. Quanto à i conditi, & conserue si sogliono vsar nel fine delle viuande, & massime le sode; perche alcune liquide, si sogliono mangiar inanti al pasto, come quelli che si vsano per confortar lo stomaco: ritengono le facoltà di quelle cose con le qual sono state composte.

Quercetano.

Che sia bianchissimo, graue, sodo, & durissimo da romperfi.

PISANEL
LI.

Mantiene il corpo netto, & mondo, & gioua alle reni: nutrisce più del mele, allarga, e monda il petto.

Elessione.
Giouamenti.

Fà venir la sete, e si conuerte facilmente in colera, e però nuoce à quei, che hanno calda complessione.

Nocumensi.

Mangiandosi con granate, ouero aranci, che siano di sapore acetoso.

Rimedio.

E' caldo, & humido nel primo grado, ouero secondo alcuni è temperato.

Gradi.

E' buono d'ogni tempo, e conferisce più à quei, che son di età matura, e di freda complessione, ch' à i giouani, & à i colerici.

Tempi, Età,
Complezioni.

Il zuccaro si chiama mele di canna, perche si cava dalle canne di mele, e per essere buono, conuiene

R r 2 ch'egli

628 REGOLE DELLA SANITA.

ch'egli sia ben cotto, sodo, e bianchissimo, come è quello, che volgarmente da' Medici è detto Tabarze. Egli tira al caldo, mà non quanto fa il mele, e non anco tanto a sferfuo, e però più diletta allo stomaco al polmone, & al petto, ch' il mele. In tutte le viuande è gratissimo, ecceto che nella trippa, perche posloui sopra, la fa puzzare come sterco de' buoi fatto di fresco. Mollifica la gola, & il petto, come anco que zuccaro; che si chiama Candito, che leua la raucedine.

Vogliono alcuni, che'l zuccaro non fosse conosciuto da gl'antichi, mà che solamente usassero il mele, come si vede nelle lor compositioni, nelle quali non si fa mentione alcuna di zuccaro, mà solamente di mele, nondimeno Galeno nel 7. De simplicium medicamentorum facultatibus al cap. 120. scriue, Saccharum, quod ex India, atque felici Arabia conuehitur in calamis (vt aiunt) concrefcit, & ipsum mellis est species, minus certè nostro dulcius, sed ad similes ei vires obtinens, quod ad abstergendum, desicandum, & digerendum attinet; porro quatenus nec inimicum stomacho est, ceu nostrum, nec sitim afferens, eatenus ab illo substantia differt. Per le quali parole vuol inferire, che'l zuccaro portato dall' India, & dalla felice Arabia nelle canne, è specie di mele; mà manco dolce d' esso; non nuoce allo stomaco, ne fa sete, per ilche è molto differente dal mele, & si comprende facilmente per le dette parole, che'l zuccaro è stato conosciuto al tempo di Galeno, così naturale, come si generaua nelle canne, dalle quali per il caldo del Sole risudaua, & non era altro il zuccaro de gli antichi, che la parte più sottile di quello
che

REGOLE DELLA SANITA. 629

che era nel midollo delle canne, vscitone fuori per i porri di quelle: ò vero rimasto attaccato alle canne, & secco dal Sole, & condensato, come si condensa à noi per arte di fuoco, essendosi trouata l'arte di far bollir quelle canne al fuoco, & cauarne maggiore copia, & così è venuto in più gran cognitione à tutti, & v'sano ne' nostri medicamenti più presto del mele, per non essere tanto caldo, & hauendo però più presto del caldo, che altrimenti: Però auuertischino i Medici, i quali nelle febri coleriche, concedono a' suoi ammalati l'acqua cotta co'l zuccaro, che conuertendosi in colera, loro augmenta la febre, come scrive Galeno al 4. de ratione victus in morbis acutis. 22. cap. Così è stata lenata l'operatione alla natura di far quello, ch'adoperauano gl' Antichi, in luogo del quale adoperiamo noi il zuccaro candido fatto per arte.

DELL'VVA. Cap. XC.

Sono concordi tutti gl' Auttori, che l'vua, l'vua, & fiche ben mature, sono migliori de tutti gl'altri frutti, & propriamente nocibili: l'vua matura genera lodabil sangue, & propriamente stata due giorni colta inanti; perche mangiandosi l'vua subito colta, è inflatiua, genera peggiore, & più crudi humori: se l'vua si digerisce bene ingrassa; la sua scorza è fredda, & secca, & è di difficil digestion, & similmente li suoi acini: mà la polpa facilmente si digerisce. Et se l'Acini s'ingiotiscono integri, stano nel corpo senza far nocumento alcuno, & pas-

Rr 3

sano

630 REGOLE DELLA SANITA.

fano con gl'altri escrementi : mà non deuono
esser masticati con li denti ; perche si mescola-
rebbero con la polpa , donde se faria peggior
nutrimento , & chi assai vua mangia : primie-
ramente sono purgati da superflui humori , &
Vua ingrassa. poi si ingrassano ; per la qual cosa li hortolani
dicono il vero , che in nessun tempo , & nessu-
na cosa ritrouarsi , che l'huomo più s'ingrassi ,
che nel tempo di fichi , & vuc : specialmente ,
Grassezza per quando se ne mangia assai . Nientedimeno la
i fichi, & vua grassezza fatta per l'vuc , & fichi , tosto si risolue ;
esser risolubi- perche generan carne gonfia , & molle .
le.

ANNOTATIONI.

TR à tutti i frutti più lodati nell' Autunno , sono
i fichi , & l'vua : mà è vero , come ben dice
Galeno , che nutrisce meno l'vua che il fico ; perche
(cēde presto al basso , & mangiata cō i suoi granelli (se
ben patiscano poca alteratione) non muoue tanto il
corpo come mangiata la sola sua polpa .

Vua buona. La bontà dell'vua , è che sū ben matura , colta che
non sū bagnata , & impassita alquanto ; acciò perda
la superflua humidità . Colta sū la rugiada , &
mangiata muoue il corpo : l'vua che non è troppo hu-
mida , mà di carnosia sostanza , nutrisce più del-
l'altra .

Vua dolce. L'vua dolce non toglie tanto la sete , & è più cal-
da dell'altra : l'austere , acide , & acerbe sono fred-
de , & nuoceno all'escretione , distributione , & nutri-
tione . Le muze , che non sono ne calde , ne fredde :

Muze. Le muze , che non sono ne calde , ne fredde :
Anand. mà mediocri in sue qualità , chiamate vinose , come
è lo Ananà di Pinerolo , & il Mostoso di Torino , te-
gono

REGOLE DELLA SANITA. 631

gono mezzano luogo trà il caldo, & freddo.

Loda ancor Galeno l'vne conservate nelle vina- Galeno.
ce; perche corroboran lo stomaco rilassato, incitano
l'appetuo; mà non muouono il corpo, & mangiate
largamente fanno dolor di testa; mà manco di quel-
le, che si conservano nel mosto.

Le pensili non offendono la testa, & nõ irritano
il ventre, ne tampoco l'astringono. Le conservate
co'l mosto sono trà l'altre più facili à digerirsi: come
ancor quelle, che sono cotte nel forno.

L'vua Apiana chiamasi Lignenga; perche ma-
tura nel Luglio, & se ben sij dolce nientedimeno, è
giudicata fredda, & humida; perche hà tanto po-
co calore, che non si può far vino del suo mosto;
perciò molti la concedono à gl'infermi.

Appresso à questa vien l'ostenga, qual si matura
nel mese d'Agosto: quelle che sono di dura scorza,
sono più difficili à digerire: trà le negre, le più lo-
date per sanità à noi, e l'auana di Pinerollo, &
trà le bianche l'Herbalus, & la Passula piccio-
la ben matura.

La più pessima di tutte, per mangiare, è il mo-
scato; perche si corrompe facilmente, & genera
gl'humori disposti à febrì: & tarda à digerirsi.

V'è vna vua ancora à noi, che si domanda Osseli-
no; perche è dalli piccioli vccelli vien mangiata, dol-
ce, & saporita, muoue il corpo mangiandone à
rieggiuno.

La seluatica è detta Lambrosca, & i puerelli
e fanno vino, con l'acqua, qual vino astringe as-
si, & il suo fiore è buono, per confortar lo stoma-
co, & mitiga il vomito, & l'acqua distillata è cor-
tale.

632 REGOLE DELLA SANITA'.

La Brumefla si matura nell' ultimo , dalla brina quando gli casca sopra, laonde ha pigliato il nome: è di sapor acido, & è astringente.

Dell' altre specie vedi Gio. Battista Croce, nel trat-

PISANEL tato de far' i vini.

LI. Che sia matura , bianca , dolce , e di scorza
Elessione. sottile, perche passa più presto, e genera manco ventosità.

Giuuamenti. Nutrisce ottimamente, fa ingrassare presto, rinfresca il fegato infiammato, & prouoca l'urina, & accresce il coito.

Neuamenti. Apporta sete, fa ventosità, conturba il ventre, genera dolori colici quando se ne mangia assai, e fa gonfiare, & dolere la milza.

Rimedio. Mangiandoci appresso alcuna cosa granati, o aranci, o altri cibi acetosi, ouero che liano con l'aceto conditi.

Gradi. E' calda nel primo grado, humida nel secondo; ma temperatamente senza eccesso.

Tempi, Età, Complessioni. E buona nell' Autunno, e nel Verno, e se si mangia con misura, e modo, gioua à tutte le complessioni, & età, ecceto che à i vecchi, perche accresce lor' il catarro.

Si deue guardar l'huomo d'inghiottire la scorza, & i granelli, che sono dentro l'vua, perche impediscono la digestione, e tardano il descendere de gli escrementi. Non si beua appresso acqua che sia con nue, perche genera dolori colici. L'vua bianca, se loda più della negra, perche è più penetrabile; e se per alcuni giorni starà colta, & appesa; perderà la ventosità, e diuerà migliore. Quanto ella è più matura, è anco di minor nutrimento. Che l'vua nutrisca, ne fanno fede i guardiani delle vigne, che per vn

pezzo

REGOLE DELLA SANITA. 633

pezzo non mangiano altri cibi: ella gioua ancora al petto, & al polmone. L'vua passa dolce ingrassa il fegato, ch'è sano, ma nuoce à quello ch'è duro, e cose alla milza: gioua allo stomaco, & à i dolori de gli intestini, alle Reni, & alla vessica, apre l'opilatione, e nutrisce assai. Quella che hà dell'acebo nutrisce meno, e stringe il corpo. Quella che nò hà granelli, è migliore dell'altre, & ottima per il petto, e per la tosse.

Platone nell'ottauo libro delle sue leggi dice, che quelli, che rubbavano l'vue, & fichi generosi, debbano essere manco puniti de gli altri. Il che Atheno di puta qual sia la causa di questo; & che intenda per l'vue generose, al qual direi, che intende l'vue prime à maturare, come sono le nostre luglienghe, & i primi fichi, de' quali Ouidio nel secondo de remedio Amoris, dice.

Est tibi rure bono generosæ fertilis vux

Vinea, ne nascens vna sit vsta time.

Et perche non erano buone à fare vini, percid Platone manco puniua chi le rubbava, che l'altre. Scrivono i naturali, che se quando si potano le viti, si unge la falchetta di sangue di becco, ò vero se quando sarà stata amolata, si fregerà con il cnoio del Castore, ch' i germini, che butta: à, non faranno guasti da' bruchi, ne d'altri animali.

Nucono alle viti il lauro, & i canoli, atteso, ch'ella li odia grandemente, Et per questo vn buono vignaiuolo nò planterà mai di queste cose nella vigna. Si legge appresso à i Medici, che l'vue aslere confortano più lo stomaco, che le dolci, & sono più iitiche, & meno humettanti. Ma le dolci sono più lenitive, & fra loro le bianche, & mature mouono il corpo più, che le negre.

DEL

DELL'VVA PASSA. Cap. XCI.

*Vua passa.**Differenza.*

Vua Passa, hà conformità cō l'vue, che si fanno seccare, & si come si deue cōsiderar la varietà nell'vue, nella dolcezza, austerità, ponticità, così ancor nell'vua passa.

Vua passa enucleata.

Le più dolci sono delle vue passe più dolce, & l'austere dalle austere, & quelle che sono più dolci, declinano alla calidità, secondo che hanno maggior, & minor dolcezza, & si come alcune vue hanno acini, & altre nò, così sono similmente le vue passe, & così quando vien commendato vue passe enucleate, noi possiamo intender, l'vue passe senz'acini, ò che da loro siano enucleate, & cazziate fuori.

Virtù.

Trà l'vue passe non v'è gran differenza, ò che siano d'vue grōsse, ò picciole, & quelle sono migliori, che sono dolci, e grasse, & che hanno la scorza sottile; giouano assai, & sono conferēti al fegato, & rimuoueno le sue ostruzioni, confortano la digestion del sangue, & per le sue qualità curano il flusso hepatico. Cōfortano il fegato, & la milza. Aprono le vie delle reni, & della vèssica, confortando esse parti: maggiormente nutrisce l'vua passa, che quella ch'è fresca, & è di miglior nutrimento. Conferisce al polmone, alla tosse, & alla difficoltà dell'anelito. Tengono lubrico il ventre, niente dimeno se ben, che tutte l'vue passe siano amiche dello stomaco, & del fegato: l'austere cōfortano più lo stomaco, che le dolci, & sono

REGOLE DELLA SANITA. 635

sono più stitiche , & manco humidiscono il ventre . Quando s'intende, che nutriscono, & per aprir l'ostruizioni, mollificar il ventre, con fortar il fegato , & giouar al petto : douiamo pigliar le passule enucleate grasse : & s'intendiamo astringer , si deuono mangiar propriamente l'austere , & perfettamente masticarle con l'acini .

Le vue ancora pigliano varietà di qualità, per la diuersità delle regioni : così le passule diuersamente seguono, le vue sue madri, così ancora la diuersità de' vini prouien dalla varietà delle regioni, & per la diuersità dell'vue.

ANNOTATIONI.

L Vua passa di Corynto negra , lauata co'l vino bianco, cotta, & mangiata co'l zuccaro, muoune il corpo , & leua l'ostruizioni del fegato, & milza .

Il cibibo dolce, nutrisce assai, & è buono al petto, gioua alla tosse .

L'vua passa picciola nostrana secondo le diuersità de' sapori , come dice l'Autore muta diuerse qualità, così anco le cotti a' forni .

L'vua passa ben matura, si concede tal volta à gli infermi nell'estate .

Hà l'vua passula virtù di cuocer le crudità de gli ^{Gallina} humori, & vincer le malignità loro, & impedir le putrefaitioni . Oltra di ciò possiede vna proprietà particolare, per giouar à i difetti del petto, del polmone, & del fegato , massime se si mangia senza grane, come s'vsa a' tempi nostri quella di Corinto, qual

636 REGOLE DELLA SANITA.

qual nasce senza esse, della quale (lauata prima con vino bianco) & presa due, ò tre oncie la mattina à digiuno, muoue il corpo, & lo purga, & volendola far più solutua: si potrà far bollir con foglie di senna, alquanto di rebobarbaro, & zuccaro, & cinnamomo; riducendola in elettuario, del qual se ne potrà torre ogni mattina vn cucchiaro. S'è prouato per esperienza, che i figliuoli, che mangiano la mattina à digiuno l'ua passata senz'altro cibo, si mantengono netti da' vermi, perche li fa crepare.

VINO CHE COSA SIA, E SUE DIFFERENZE. Cap. XCII.

Vino secondo
il Conciliatore.



Lode vel vino

Il vino, come dice il Conciliatore, è sugo espresso dall'vne delle viti, del quale nessun liquore, è all'humana natura più accommodato, e mai ne per arte, ne per natura si pote trouar cosa alcuna, che in bontà, & conformità potesse supplire la substitutione d'esso: chi volesse lodar, ò ardisse descriuer l'accumulate virtù del vino da gl'Auttori per mezzo d'essi, e tanto esaltato, pareria forsi à gl'ignoranti più presto amico d'esso, che sauo.

Vino.

Si che bastarà raccontar alcune cose delle sue migliori virtù: non v'è cibo, ne beuanda meglio del vino, mentre sia beuuto moderatamente: & per contrario nissun peggiore beuuto immoderatamente: è di molto lodabile, e sottile nutrimento, come s'è di sopra nelle regole generali detto. Niuna cosa è da parargonarsi

REGOLE DELLA SANITA. 637

gonarsi al vino, che tanto presto souenga alli *uso d'esso ap- presso li Sa- raceni.*
 difetti della natura, d'onde appresso li Sarace
 ni, doue l'uso del vino è proibito, solamente è
 concesso, che se ne possa beuer nelle sincopi, e
 difetti della natura; perche subito rinforza le
 virtù, genera noui spiriti, & è nutrimento,
 che per la sua propriet  tosto si trasferisce al
 cuore, ne si ritroua cibo,   beuanda che sia di
 pi  natural calore, e pi  confortatiuo del vi-
 no; perche il suo calore   simile al calor natu-
 rale, per il consortio familiare, qual h  con
 la natura humana, mentre sia moderato: se si
 beue solo quel tanto che fa di bisogno, rende
 sanita  al corpo, e lo conserua, conforta la virt 
 digestiua del fegato, e dello stomaco, apprendo
 l'intrate, & oristij delle vene, fa penetrare il
 nutrimento per tutto il corpo: genera il san-
 gue chiaro, e chiarifica quello che ritroua tur-
 bido, apre l'opilationi del fegato, e della milza,
 mondifica le reni, e la vessica, scaccia dal cuore
 le tenebrosita , fumosit , e tristitie, quai in esso
 vengono generate, fortificando tutte le virt , e
 membri del corpo, e non solamente del cor-
 po; ma anco le forze dell'anima, vsandolo pe-
 r  moderatamente: l'uso moderato del vino
 assotiglia, & acuisce l'allegrezza, e l'ingegno,
 & l'audacia: scaccia la tristezza, fa presumer le *Quantit  me- derata.*
 cose grandi, e laboriose facili, e cosi il vino be-
 uuto con debita proportion e c uiene ad ogni
 et , ad ogni complessione, ad ogni regione,
 ad ogni tempo; alli putti se ne deue dar poco,
 e ben adacquato; perche darglielo puro,   vn
 voler aggionger fuoco,   fuoco: alligouani si *Et .*
 pu 

638 *REGOLE DELLA SANITA.*

può dar in maggior quantità, e manco ad acqua-
to; perche per la fortezza del loro ceruelli, &
altri membri ponno meglio sopportarlo, e più
facilmente defenderli dal nocumento d'esso.

*Osseruatione
per li vecchi.*

Alli vecchi gioua il vino per esser il loro latte;
mà forsi per la debiltà delli loro ceruelli, non li
potranno così facilmente defenderli dal nocu-
mento d'esso, pertanto bisogna ad essi donar-
ne solo tanto, quanto facilmente ponno sop-
portare: nelle regioni fredde, fa bisogno mol-
to vino, e nelle calde meno, e ben adacqua-
to, similmente nell'Inuerno rispetto all'estate;

Regioni.

Tempio.

mà per estintione delli calori, e sere causate
per l'estate, ò per il calore, fa bisogno più vino
nella regione calda, che nella fredda, & è con-
cesso beuerne più l'estate, che l'inuerno; mà
adacquato con più acqua: conferisce à gl'huo-
mini, che sono di complessione calda, e secca,

Complessioni.

qual diciamo colerica, & per esser la colera hu-
mor caldo, e secco, aiuta à prouocar l'vrina per
le reni, & la veflica: conferisce anche il vino
alla complessione fredda, e humida, che si ch'a-
ma flemmatica, taglia gl'humori viscoli, & gli
risolue per la sua calidità; gioua anche alla cō-
plessione fredda, e secca, chiamata melanconi-
ca; perche fa scorrer gl'humori melanconici,
e li fa lingieri, e pronti all'elito, rimuouendo la
caligine, e suo nocumento per la sua virtù.

Cōferisce in oltre il vino alli caldi, & humi-
di, quali diciamo sanguinei; perche genera
ottimo sangue, e chiaro, e come di sopra s'è det-
to: chiarifica quello che ritroua torbido, per
varie è diuerse cause: si troua anco il vino esser
diuerso

REGOLE DELLA SANITA 639

diuerso, ò vero prima dalla regione, ò luogo dal qual vien prodotto, ò vero dalla diuersità dell'vne, dalle quali s'esprime diuersità di vini, ò per odore ò per colore, ò potenza, ò debiltà, ò nuouo, ò vecchio, ò decottione, ò artificio.

Noi vediamo per esperienza alcune sorte di viti, & alcune regioni produrre vini più lodabili l'vne, che l'altre; per ilche si deue alle volte dar fede all'esperti lauatori, ò vignaroli.

Il vino dolce, e grosso, è caldo in secondo grado, & secco in primo continente vn'etherogenea humidità, non è tanto lodabile, quanto gl'altri vini; perche genera grosso nutrimento, intorbida il sangue, ne estingue la sete, anzi alcuna volta l'accresce; perche legiermente mescolato con altri humori si putrefa, & si cōuer-
Vin dolce.
Nocuenti.

Il vino acerbo, quale per la maggior parte si produce in regioni montuose, e neuose da molti Auttori chiamato freddo; stringe il petto, mordica lo stomaco, & induce effetti accetosi.
Vin acerbo.

Il vino adunque, ch'è mezzo trà il dolce, & l'acerbo, & tiene mezan sapore, è da gl'Auttori molto lodato, e specialmente mentre sia odorifero, & aromatico, & che non habbi acuto, e graue, ò estraneo odore.
Vino di mezan sapore.

Delli colori poi del vino, è necessario cer-
Colori, e del vino.
cardi

640 REGOLE DELLA SANITA.

car di far esperienza delli luoghi; perche in alcuni luoghi li vini bianchi sono migliori delli negri, & in alcuni altri li negri, sono migliori delli bianchi; mà comunemente è tenuto da gl' Auttori, qual parlano de' vini, che li vini quali hanno color aureo † *subrubei*, & *subalbidi*, e c' hanno mezzan colore, siano de' migliori.

† *Rossegianti*,
bianchegianti.

Vini potentissimi.

I vini potentissimi, e fumosi scaldano troppo il corpo, & la testa, e per tanto l'vsargli di continuo è nociuo.

Vini deboli, e acquosi.

I vini deboli acquosi, e piccioli, sono di poco nutrimento. I migliori dunque sono quelli che tengono il mezzo trà li vecchi, & li nuoui: li vini si variano molto nella sua natura, la recentia del vino dura vn'anno, ò più secondo la grande, ò picciola potenza d'esso.

Vini più lodati.

Età di vini.

Il vino potente tardo s'inuecchia, il debile, & adacquato per il contrario, presto: comincia il vino ad esser vecchio nel quarto anno à quello, dunque, qual per cagione della sua età, è tanto lodato da gl' Auttori, è il vino del fine del primo anno, fino al primo del quarto, cioè, il vino di due, & tre anni.

Vin nuouo.

Il vino nuouo, e massime quello che poco fà è stato, e spresso, è caldo in primogrado, & opilatiuo del fegato; putrefattiuo, ebulitiuo d'humori, ventoso, & inflatiuo.

Vino antico.
Elettione.

Il vino antico da quattro anni in sù, è caldo, e secco in terzo grado, e quanto il vino è più potente, è più caldo, e secco.

Si conclude adunque dalle sopradette cose, che il vino più lodabile, sia l'odorifero, aromatico,

REGOLE DELLA SANITA. 641

matico, e che non sia adusto in decottione, ne
artificiato; mà che ottenga il mezzo trà il dol- *Vino artificia*
ce, & l'acerbo, trà il bianco, e il negro, trà il po-
tete, & l'acquoso, trà il nuouo, & il vecchio, &
sopra ciò il vino artificiato acquista diuersa
natura; perche ama la decottione, secondo le
diuerse sue specie, & per tanto quello del qua-
le è cotto il mosto, esso diuenta più vinoso, più
potente, e più fumoso; perche le parti vinose,
sono admiste con le terree grosse nel mosto, e
sempre nella decottione, le parti più grosse ri-
mangono alle parti acquee, quali per rispetto
delle vinose miste con le terrestri, sono più sot-
tili, e si risogliono per tal decottione; perciò il
cotto; perche è misto con le parti acquee, più
tardi si putrefa, e si conserua più longo tēpo.

Mosto cotto.

Il vinoso adunque rimane, e l'acquoso per
virtù del fuoco suapora, per virtù delli fumi; il-
che saria contrario se il vino ch'è depurato
nella botte, si cuocesse perfettamente, come ap-
pare nell'acqua di vita appresso alli destilatori,
doue le possenti parti del vino s'elleano, per li
fumi, & in acqua ardente, quale acqua di vita, o
anima di vino chiamano, si conuertono le par-
ti acquee senza sapore, com'è l'acqua, qual stà
nel fondo del lambicco della destilation; per-
che le parti vinose sono sequestrate dalle foc-
cali terrestri, resideti nel fondo delle botti, &
si rendono più sottili dell'acquee, è quello ch'è
più sottile, più tosto si risolve dal fuoco; adun-
que dalla decottione dell'antico, e depurato
vino si risolve il vinoso, & rimanel'acquoso,
da che appare il contrario nel mosto. Singolar

Acqua di vi-

Ss

proprietà

642 REGOLE DELLA SANITA.

*Vini medica-
ti.*

*Modo di vino
lodabile.*

Secundo modo.

Vino lauato.

*Danni dell'u-
so superfluo.*

proprietà hà il vino d'estraberle virtù de tutte le cose mescolate con lui, ò vero cotte in quello: onde alcuni de gl'antichi Medici curauano tutte l'infermità co'l vino: al tempo delle vendemie preparauano certi bottizzelli di mosto per decottione delle medicine, secondo le varie effigentie dell'infermità, e così riseruano li vini delli syropi, e delle medicine, c'haueuano virtù di tutto ql che richiedea ciascaduna infermità; nondimeno s'alcuno volesse beuer l'inuerno, vino dell'istesso anno, in due modi, si può megliorare, & essi ancora li Prencipi volentieri vfano: sian colte l'vue ben mature, poi siano per tre giorni lasciate al Sole, ò sia à tanto, che siano alquanto restateASSE: indi siano sequestrati i granelli dell'vua, da i raspi, e gettati via detti raspi, resti la quantità di detti granid'vua tanta, ch'empia mezzo vn vaseletto, di sopra vi si ponga di buon mosto, tãto che resti detto vaseletto ben pieno. Questo tosto si chiarifica, e benche sia nuouo non è opilatiuo del fegato, ne ventoso, ne inflatiuo d'humori, e questa beuanda, è concessa dalli Medici, alli Prencipi, & à quelli che viuono delicatamente. L'altro modo è che si toglia tre parti di mosto, e vna d'acqua, e si mescoli insieme, e si facci bollire fino alla resolutione della quarta parte, indi si riponga per l'vso; questo vino si chiama lauato, e benche sia nuouo, nondimeno hà per se le malitie del vino, & è buono dare à quelli, che sono vsi à tale effercitio. L'immoderato vso del vino è pessimo all'anima, al corpo, & alli costumi, rende l'huomo effemi.

REGOLE DELLA SANITA. 643

effeminato, offusca l'intelletto, ingrossa l'ingegno, & il discorso, fa tenir in gran considerazione le cose infime, & auillir le grandi, e in somma non può esser di tante virtù il moderato uso d'esso, quante sono le malitie del usarlo immoderatamente: debilita il ceruello con le sue virtù, genera tremore, paralisia, apoplezia, e spasmo, ne il vino induce queste passioni, per causa delle sue qualità; perche queste infermità sono da humori freddi, e il vino è caldo; mà come dice Aristot. nella terza particola de' suoi problemi, il vino per quella ragione, per qual è caldo resisterebbe à queste infermità, e gli giouarebbe; mà per accidente esso gli nuoce, & le fa venire; perche il vino è penetrattiuo, e fa gl'humori viscosi, e crudi, e fagli penetrare alli nerui, & membri longinqui, che per loro sono impenetrabile, e così induce simili infermità fredde.

Qualità del
vino.

Oltre di ciò il vino beuuto in gran quantità non si digerisce nello stomaco, & per l'amicizia, e conformità, qual hà con la natura humana è tirato indigesto dalli membri, doue per la sua indigestione diuenta aceto, & l'aceto è inimico alli nerui, & induttiuo de gl'infermità fredde; induce ancora l'immoderato beuer del vino vbbriachezza, e la frequente vbbriachezza abbatte tutti li sentimenti: debilita tutti li membri, molte, e diuerso sono l'occasioni dell'vbbriachezza; quelli quali, o sono debili di ceruello più tosto s'embriacano; perche il ceruello non è potente à resistere alli vapori vinosi, & al suo nocumento, e perciò

vbbriachezza.

Aceto, e suoi danni.

vbbriachezza, e suoi danni.

Facili ad vbbriacarsi.

644 REGOLE DELLA SANITA.

questi tali li deuono guardare di beuer vino puro, ò che non vi sia mescolato almeno alquanto d'acqua; quelli che sono vsati à beuer

Tauernieri poco vino, s'vbbriacano anche con facilità.
sardi s'imbricano.

Gl'assuefatti beuitori, tauernieri con maggior difficultà s'vbbriacano; perche il loro ceruello per assuefattione, ò consuetudine hà acquistato vna certa forza di resister al vino, con la quale resiste al suo nocumento; i famelici, e quelli ch'vsano poco cibo più tosto s'vbbriacano; perche l'ascensiuo del vino al capo, non hauendo impedimento alcuno da' cibi, induce più tosto l'vbbriachezza.

Vino cotto.

Il vino cotto, fumoso, e potente, vbbriaca facilmente: come fanno anche alcune cose con

Cose che fanno, che il vino imbriachi più tosto.

esso miste, come sono l'vsnee, quali in esso infuse causano maggior vbbriachezza, il legno aloè infuso legiermente, senza nocumento induce dolce, e soaue sonno, con vbbriachezza; adacquare il vino con l'acqua della decottione del loglio, vbbriaca grandemente: mà maggiormente adacquato con l'acqua della decottione del iosquiamo, ò vero della mādragora è anco l'opio perfettissimo à tal effetto, & molte altre cose; sonui anco à proposito per addur l'vbbriachezza alcune confettioni, quali scriuer quì tralascio.

Il vino adacquato con poca acqua vbbriaca più presto, che il puro, come farebbe à dire porre otto parti di vino, & vna d'acqua; perche quella poca acqua fà penetrare più presto il vino.

Rimedio contra l'imbrachezza.

Il rimedio dell'vbbriachezza, & della crapula

REGOLE DELLA SANITA. 645

pula è il longo sonno, ò vero il subito vomito, il beuer l'aceto sità del cedro, ò il vino de' cotogni, ò vero prender vn cucchiari di poluer di colandri secchi, con altrettanto zucchero biaco, indi beuer il vino de' cotogni; l'acqua fredda beuuta con aceto, scaccia l'vbbriachezza, la potion del loglio puro, e il simile fanno i caoli mangiati, come dice Aristotile nelli suoi problemi, odorarla camffora, e li sandali soli, ò misti cò l'acqua di rose, allegeriscono anche l'vbbriachezza, & la crapula; all'istesso gioua anche il mangiar delle fette del pane, quali siano state infuse nell'agresto, ò vero nell'aceto.

Molte altre confettioni hanno composto gl'antichi per leuar l'vbbriachezza, & la crapula, delle quali farne mentione qui à me parebbe superfluo, d'esse diffusamente s'è trattato nel cap. della carne.

ANNOTATIONI.

TR à tutte le beuande, la più celebre in tutto il Mondo, è il vino, ben purificato dal suo proprio calore, e che non habbi acquistato cattiuo odore, ne tristo sapore. Galeno lodò molto i vini di Grecia, Patria sua, com'è il Tibino, Arsinio, e Titacazeno: & de gl'Italiani il Cauchano, l'Albano, & alcuni de' Sabini, e Toscani, & poi dice, chel Amineo è gioueuole beuuto presto, come i sopra scritti d'Asia, e quei di Napoli, & di Roma. *Esempio: non*
 po secondo Rè di Spagna di questo nome, per il contagioso.
 seglio datoli da Medici di Sua Altezza Sereniss. di Sanoia, ricuperò la sanità pristina, con l'uso de'

646 REGOLE DELLA SANITA.

Vini di Castel Inaldo d'Aslegiana. Credo che poche Prouincie habbino tanta varietà de vini, come il Piemonte.

Qualità del vino. Oltre le sudette qualità si ricerca, che il vino sia di mediocre sostanza; perche il Crasso, è opilatiuo, difficilmente si digerisce, & riempie il capo de' vapori, & nutrisce molto: il troppo picciolo incrudisce lo stomaco, genera ventosità, dolori di ventre, diarrhee, & è di poco nutrimento.

Dodici differenze di vino. Scriuono i Medici, che sono dodici differenze di vino. Primo il rosso crasso: Secondo negro crasso è dolce: Terzo negro crasso, & austero: Quarto rosso non crasso, ma mediocre: Quinto negro non troppo crasso ma dolce, Sesto negro molto grasso, & austero: Settimo fuluo crasso è dolce: Ottauo bianco è fuluo crasso, & austero: Nono fuluo, non troppo crasso: Decimo, bianco sottile, & odorato. Undecimo bianco sottilissimo non odorato, & a questi si può aggioger il vino di pianura sottile, rosso, & austero, qual più presto refrigera, che il vino potente, com' ancor di mettà de' ti vini fatti d'vne verde, & vini schiapati, mezan loco tengono quei, che sono tra la prima, & le due ultime differenze.

Vini nutriscono più, e meno. In somma tutti i vini nutriscono; ma chi più, e chi meno secondo le loro varietà, come dice Galeno nel terzo, de temperamentis. Vinum verò, vt affimilet, mutationem desiderat. minimam, quò fit, vt tum nutriat, tum roboret celeriter.

Come si conosce il vino, che nutrisce. Ma se i vini nutriscono molto, o poco, si conosce dalla consistenza, colore, & sapore d'essi. Dal colore il vino rosso, & crasso tiene il primo luogo: appresso il negro crasso è dolce; come ancora il rosso, & negro di crassa sostanza, e poi quelli che sono di

REGOLE DELLA SANITA. 647

no di qualità astringente: mediocre luogo tengono i
fului; nutriscono manco, dell'altri, i bianchi del Vini fului.
sottil sostanza, come vuol Galeno nel terzo de ali-
mentis. Ma si come i crassi nutriscono molto, così Vini pronti
i sottili sono più pronti, per muouer l'urine: dal per muouer
sapore i dolci sono più amici della natura, che non l'urine.
sono gl'altri; ma sono più caldi, che gl'austeri; Vini amiche-
coi ancora i vecchi, e generosi sono più caldi la natura.
delli noui, come recita Gal. nel terzo de simplicia Vini ch'eres-
questi sono mediocri, e chiaretti dolci, come anco i dol- ti, dolci, e pic-
ci, e piccanti; se ben il sapor piccante non sia sempli- canti.
ce; ma misto tra il dolce, e l'acerbo, e si come il su-
go di limoni, e altri liquori vitriolati sono per le lo-
ro sostanze, e qualità penetranti, con ancora questo Effetti del vi-
altera il gusto, e fa quel piccante nel palato; ma no dolce, e pic-
più quelli che sono più piccanti, che dolci, come le so- cante.
strate di Moncalieri: altra differenza si piglia dell'e- Sostrate di
tà del vino; perche il vecchio generoso, è assai più cal- Moncalieri.
do del nouo; perciò Galeno loda il vino vecchio con- Vini vecchio
tra li veleni di natura freddi, lo loda a i corpi perfri- contra li ve-
gerati, a i dolori della bocca dello stomaco, del cuore, ni.
e al mancamento dell'animo.

I vini che si fanno ne' piani, e ne gl'alti monti Vini de' piani,
vicino alle neui, sono di natura meno caldi, e più e monti.
sottili, che quelli delle colline, e luoghi esposti al Sole,
gli fatti di uue ben mature sono differenti da quelli Vini d'oue
che si fanno d'oue non troppo mature, e questi per mature, e non
esser acidi non sono così caldi, nutriscono poco, e non mature.
sono piccolosi, a febricitati, sono più buoni per estinguer
la sete, e non tanto vaporosi; mezzano luogo tengono i
vini fatti d'oue ben mature di collina mescolate con
oue de' piani, è vero a loro mosti mescolati insieme.

Si sogliono ancora variare le loro bontà, per le Bontà de' vi-
qualità

ni: perche si qualità de' terreni, come dice il Mercato, che se vi
variano. *tribuano de vini c'hanno del minerale; nociui à corpi*

Variatione *humani; come per essemplio sono molti de' nostri*
del sapor de' *c'hanno l'odor della terra ch'è specie di creta: si va-*
vini. *riano ancora per i diuersi artificij, che s'vsano nel*

Tagia. *farli: la varietà delle vne, come à noi le tagie della ri-*
Maluasia. *uiera di Genoua, e maluasia di Canelli, le vernazze, &*

Vernazze. *vini chiaretti, vini della paglia, sostrate, moscati, vi-*
Vini chiaretti *ni incapellati, le lachrime di Napoli, vini Grechi, &*
Sostrate. *altre infinite diuersità descritte da Gio. Battista Cro-*

Moscasi. *ce nel suo trattato de i vini.*
Vini incapel- *Lachrime.* *L'altra differenza si piglia d'altri artificij co'l*
lati. *Vini Grechi.* *mescolarui alume, come fanno in alcune parti d'I-*

Vini artificia *Italia, o sale, o solfaro; come in Germania, o vero*
ti per conser- *come malamente alcuni fanno, mescolando con le*
uarli. *vne grane di sambucco, o di ebulo; per farli negri, le*

I vini si con- *cui cose tutte sogliono vitiarli, o vero come in molti*
seruano in Pie *luoghi d'Italia gli cuoceno per non poterli conseruar*
mente sen'ar- *in altra maniera, & felici noi in Piemonte, che*
ificio alcuno. *beuiamo tante diuersità de vini, che si conseruano*

Effetti vary *da loro lungo tempo senz'alcun'artificio, come anco-*
del vino. *ra i grani, & altra diuersità de frutti.*
Qualità. *Il vino alcuni vogliono, che sij caldo, e humido,*

Il vino alcuni *altri lo fanno caldo, e secco; mà più è manco secon-*
do le qualità delle vne, & età del vino; perche il

nuouo dicono ch'è più humido, che secco, & il con-
trario è il vecchio, trà questi tiene mezzano luogo il
vino fatto d'un'anno, o due; perciò se ben il vino
sia attualmente humido; perche leua la sete, di po-
tenza però, è secco.

Il mosto. *Il mosto, è caldo nel primo, il vin fatto nel secondo,*
& il vecchio nel terzo, come dice Galeno nell'otta-
uo de semplici.

REGOLE DELLA SANITA 649

Il vino, si deue benere in mediocre quantità; hor Come si deu
 puro, hor mescolato con l'acqua, secondo le diuer- usare il vino.
 sità de' temperamenti, età, stagioni, infermità, diuer-
 sità de' cibi, che si mangiano: come ancor per la for-
 tezza, ò debolezza loro; come i vini di Spagna, di *Vini di Spa-*
 Nizza di Prouenza, non si ponno beuer senza *gua, e di Niz-*
 acqua; per esser troppo grossi, e vaporosi: la troppa *za di Prouen-*
 quantità poi, porta quei nocumenti, che diremo *za.*
 nel trattato dell'Vbbriachezza, come ancora dice Ga-
 leno nel libro, affectus animi, & c. vinū si largius
 fumatur malè est, sin uero quis ipsum scite bi-
 bat concoquet, digeret, sanguinemque auge-
 bit, & nutriet, cum hocque animum mitiorem
 iuxta, & audatiorem efficiet, & nel libro de cau-
 sis morborum, & nel terzo de temp. da vn bellif-
 simo esempio: quemadmodum igitur si exigua, *Essempio nota-*
 & imbecillæ flamme confestim multum olei *bile.*
 infundatur, illum prorsus extinguet: sic etiam
 vinum vbi plus bibitur, quàm ut uirium pos-
 sit, tantum abest, ut animal calfaciat, ut etiam
 apoplexias, paraplexias, comata, caros, neruorū
 resolutiones, epylepsias, & thetanos; qui affe-
 ctus sunt frigidi, inducat, & portando la ragione
 dice Generatim enim, quæcunque assumpta in
 corpus, ut nutrimentum calefaciunt; hæc inte-
 rim frigefacere deprehendes, si immodicè, aut
 intempestiue sumantur.

Circa l'età de gl'huomini. Platone nel libro de le- *Vino vietato*
 gibus, & Galeno nel libro affect. animi, vuole che *a' giouani.*
 i figliuoli inanti l'età di dodeci anni, come ancor gl'a-
 dolescenti, se ne debbano in ogni modo astenersene, d
 quelli; perche come dice humectat nimis, & cal-
 facit corpus, caputque alitu replet: a questi, quia
 ad

ad iram, & libidinem præcipites facit, & partem animæ rationalem hebetem, atque turbidam reddit.

*Intenzione del
l'Autore.*

Mà la longa consuetudine de' nostri paesi, e d'altri, doue l'acque sono di qualche mala qualità vitiate (come habbiamo detto nel trattato dell'acqua) è meglio assai lasciargli beuer il vino picciolo puro, o altro adacquato; al contrario nelle regioni calde, doue i vini sono potenti, & che l'acque sono celebri: i giouani deuono beuer i vini bianchi, o rossi piccioli: i mediocri, quei di mediocre età, & l'antico, e dolce i vecchi.

*Stagioni di be
uer i vini.
V' in schiappati
posca.*

Circa le stagioni i Piemontesi sogliono beuer i vini piccioli, & sciapatti, cioè fatti con l'acqua, e mosto, come ancora i poveri la lora, o sia posca, per tutto l'inuerno: conseruando i buoni nell'estate; perche per le grande fatiche, si risoluono i spiriti, rimangono languidi, e per restaurarci non ritrouono miglior rimedio ch'esso, qual nutrisce prontamente: nell'Autunno ancora, per esser debili dalle fatiche fatte, & per la copia de' frutti fugaci, che si mangiano (come sono i meloni) sogliono beuer i più potenti; nella Primavera, & massime nel Maggio usano i vini bianchi, o asprini; per rispetto dell'ebullitione del san-

*Vini bianchi,
nel mese di
Maggio.*

*Vino antico, a
melanconici.
Bianco, e dolce
a sanguigni.
L'acido, e au-
stero a colerici
il rosso, e vec-
chio potente a
pituitosi.*

gue. Galeno loda à ch'è di natura melanconica il vino antico, nel quinto de' sanitare tuenda; così ancora gioua il bianco & dolce, a' sanguinei, l'acido, o austero, e picciolo a' colerici, il rosso, e potente vecchio, a' pituitosi, massime quando s'altera la loro complessione.

Il mosto, che si beue nutrisce molto, difficilmente si digerisce, genera crasso alimento, & inflattioni, moue il corpo, specialmente il mosto dolce; pessimo è quel d'oue acide, austere, & acerbe.

Galeno

REGOLE DELLA SANITA. 651

Galeno nell'lib. de cibis boni, & mali succi, non loda troppo il vino inuecchiato di longo tempo, come ancor il troppo fresco; perche questo non passa com-
modamente, tardo si digerisce, non muoue l'orine, non fa buon sangue, ne buon nutrimento, & gl'altri sono troppo caldi; del vino cotto, & acconcio col gis-
so, è pessimo per i nerui, e genera pietre, come hab-
biamo detto de' vini minerali.

*Nocimenti,
ch'apporta il
mosto.
Gl'inuecchia-
to di longo te-
po, non loda-
le.
Vino cotto, &
acconcio col
gisso.*

Del vino cotto detto de frutum da Latini, & sap-
pa da gl' Arabi.

Il vino cotto dolce, è amico al petto, & posto ne' elysteri gioua à dolori colici, & nephritici, tempera l'acrimonia della senapa: quel fatto d'vne acide astringe, è vtile ne' gargarismi, per contemperar il calore della gola, & cotto co' i cappi de papaueri gioua alle flussioni acri, & incita il sonno.

*Effetti del
vin cotto.*

Del vin cotto in Piemonte, se ne fanno quasi tut-
ti i conditi da' gregari, & gli rendono più amici al-
la natura.

La più celebre acqua vita è quella di vino buono, poiche quella fatta di vino corrotto è biasmata per la sanita, come ancor quella di Birra, & medon: ne fanno dell'acqua di vita i Chymici, i loro estratti, & elixir, & non si ritroua cosa che penetri più, per gl'anfratti de' semplici, ch'essa; perc'ò tira à se tutte le qualità de' medicamenti, per ilche si pensano, che gioua per questa via, mescolandoni diuersità de' semplici, à tutti i morbi, & à tutte le parti del corpo, & se bē sū di potenza calda, e secca nel fin del terzo, accompagna-
gnata però con medicamenti refrigeranti, & humectati, fa che le operationi loro si rēdono più prōte, laonde molti la dano à laquidi, e cōualescēti, & alle febri-
loghe con il iuleb rosato, & acqua rosata, e zucchero.

In

652 REGOLE DELLA SANITA'.

Virtù.

*Gioua à vec-
chi.*

*Molto vsata
da' Piemontesi.*

A che nuoce.

*Danni per il
superfluo vso.
Virtù dell'ac-
qua vite de-
scritte da di-
uersi Autori.*

*Vini medica-
li, come si fan
no.*

*Fanno diuersi
effetti.
Virtù.*

Arnaldo.

In somma l'acqua vita gioua à gl'infermità fred-
de, & à chi è di natura fredda, à pituitosi: leua l'o-
struccioni scalda, esicca, incide, apre, sottiglia, e deter-
ge: proibisce le corruttioni, per tanto è lodata à mol-
ti mali, tanto esterni, come interni: viuifica il calor
naturale e languido, si loda a' vecchi, gioua alle par-
ti membranose: cori oboia le facoltà animali, vitali, e
naturali, leua la syncopi, incita l'appetito; perciò l'u-
sano assai i Piemontesi, come ancora nella Sarmatia
Europea, la beuono ancora alle tauolle: il cui vso non
è lodato; mà ben vsata in necessità: conferisce assai
alle passioni del petto, si che lodano assai l'oglio di
zuccaro; gioua alle passioni matricali; rompe, e scac-
cia le pietre dalle reni: nuoce alli caldi, e secchi di
complexione, come ancora à giouani, & il suo su-
perfluo vso infiamma il sangue, & le viscere naturali,
fa penetrar li crudi humori alle vene, per questo ef-
fetto si deue pigliar in debito tēpo, modo, e quantità.
Chi vuol sapere più ampiamente le sue virtù,
legga Filippo Vlstadio, l'Euonimo, & altri chimici,
che vogliono che conserui la giouentù.

I vini medicati, si fanno mettendoli diuersità di
semplici, à bollir con l'vne, ò mosio sinche il vino sij
fatto, ò vero si fanno macerando l'herbe nel vino, ri-
tengono le proprietà delle cose, che vi si mettono den-
tro: come quel di Betonica per la testa; quel di Rosma-
rino per li nerui, capo: conforta i nerui, retifica l'ap-
petito, conforta i denti, & le gingiue; consumando la
flemma: lauandone i cancri fa mirabil effetto: gioua à
tifici, e cōsumati, valse alle quartane, quotidiane, al le-
targo, paralysia: gioua mirabilmente al tremore, la-
uandosi la faccia d'esso: conserua longamente la gio-
uentù, vedi Arnaldo.

Il vi-

REGOLE DELLA SANITA. 653

Il vino eufragiato, conserua la vista, come ancor *Varietà de' vi-
ni, & virtù.*
quello di fenocchio.

Il borraginato, ò con la melissa, gionua grande-
mente al cuore.

L'hysopato, ò co'l marrobio, per il petto, e massime
alli asmatici. ¶ Il più commune è quello d'assen-
zo lodato per lo stomaco debole, per incitar l'appetito
à conualescenti, e per l'ostruizioni: gionua alle febri
longhe, vale alla cachexia, & hydropisia.

Il vino di Chamedreos, ò Querciola, gionua alle fe-
bri diuturne, e inflattioni di vtero.

Il vino di Ceterac, & tamarisco, gionua alla
milza.

Il vino di Alchekengio, per la renella, come an-
cor quel della Pimpinella.

Il vino conseruato nella botta di frassino, consu-
ma la milza.

Questi sono i vini medicati che si vsano in Pie-
monte, pigliandone à tutto pasto, ò vero vn poco inan-
ti à esso, facendo poi esercizio.

I più compositi sono il Guaiacino, per curar il
smal-francese; & il Calibeato per leuar l'ostruizioni;
ma questo non si piglia à pasto.

Il vino aromatico, detto Hippocratico, si fa co'l ci-
namomo, ò zenzero, zuccaro, e vin chiareto, ò mos-
cato, ò altro potente, & è buono per i vecchi, e fred-
di di natura, e massime nell'inuerno.

La lora fatta con l'acqua posta sopra le vinazze, *Lora, ò sia p-
sca, e suoi eff-
ti.*
quando è leuato il vino, e più astringente, nutrice po-
te, e riempie il corpo de' flatì, muoue l'orina, e non
sfiama: alcune volte si fa tanto forte, che difficil-
mente si discerne dal vino: e ciò prouiene dalla for-
za delle vinazze, ò sian rapa.

I frus-

*Fruiti conser-
uati nelle vi-
nazze, e suoi
effetti.*

*Birra, ò sia
ceruisia.*

Come si fa.

I frutti conseruati nelle vinazze, sono flatuosi, refrigeranti, difficili al digerire, e solamente cibo à Donne granide: se ben alcuni siano lodati da Gal. ¶ Quasi tutti i Settentrionali usano la Birra, chiamata d'alcuni ceruisia, che significa vitata Ceres, e da Dioscorido Zythum, e Sophocle Bitrum, e l'inuentore d'essa com'è dice Suida fu Dionisio Aëgitio: si fa di formento, orzo, fiori di Lupuli, chiamati Dublon, & ne fanno di tre sorti.

La prima è acquosa, e semplice: la seconda, è mezzana, chiamata Triapenina: la terza è forte, e chiamata dopia Ceruisia, ò vero duobl birra: e se bene chi non l'usa nel primo gusto, si ingrata, usandola per lungo tempo si rende piaceuole: dicono ch'è di so stanza crassa, e che riempie il corpo de flati, genera humor melanconico, pietre nelle reni, vessica, e ostruzioni.

Vini Indiani.

Di tal natura sono i vini Indiani fatti di diueri frutti, come datilo, e del maiz, è d'altri alberi, lodati solo à chi si fatica molto.

*Vino de pomi
dolci, e suoi ef-
fetti.*

De peri.

Il vino de pomi dolci scalda, e de pomi acidi refrigerera; perciò il Mercato dice esser più sano dell'altro. Birra, s'usa ancora questo in certe parti della Francia, chiamato Sydra: come quello di peri, ch'è più astringente.

*Vino di diuer-
sità de pomi.*

Vino d'Amarene.

Il vino fatto di diuersità de pomi, resta temperato. Il vino fatto con l'Amarene poste nel vin potente, è meno caldo è più diuretico; mà è alquanto inflatiuo.

Vino de codogni.

Il vino fatto de codogni è buono per lo stomaco se ben astringa, come quello di lambrosca, granati, acidi, ribes, berberi, & di pruni seluaticchi fatto con essi, e

REGOLE DELLA SANITA. 655

essi, e acqua, vsato da pouerelli, qual apporta molti inconuenienti.

Nella Prusia, e Sarmatia vsano il Medon, come habbiamo detto nel trattato del melle, e Monsù di Masieres Guascone, m'ha referto, che in Mosco vsano il vino fatto delle framboise, da noi chiamate, rubus Iudeus, & dice che leua l'vbbriachezza del Medon.

I Tartari vsano vna beuanda fatta di latte, che vbbriaca: e ne' nostri alti Alpi ne fanno del sero acido, che li leua la sete.

TR V O V O appresso molti scrittori, che il vino, Gallina, & per sua natura, & per vn' ascosa proprietà, è familiarissimo al nostro calor naturale, conciosia, che aiuti la concoctione, distribuischi il nutrimento per tutto il corpo, creschi la sostanza del calor naturale, si transmuti prestamente, & si conuerti nella natura de' membri del nostro corpo: Onde si dice non esser tanto per bere, che per nutrire: come riferisce Galeno al 3. de gli alimenti, oue dice, che molti affermano, il vino non tanto douersi bere, perciò che conduchi per l'humidità sua i cibi solidi per le vene, quanto per il suo buon nutrimento, che suol dare al corpo; come giornalmente si vede in coloro; che stabi, deboli, & lassi, subito che haurano preso vn poco di pane, infuso nel vino, vengono à ristorarsi. Perciò, che non solamente gli antichi l'vsorno per bere, ma per nutrirsi ancora, & per questo quasi in ogni condimento, mescolauano qualche poco di vino, come cibo confortatiuo, & restauratiuo del corpo, & dell'anima nostra.

Haueudo scritto il Pisanelli l'effetto, che fa il vino,

656 REGOLE DELLA SANITA.

Ubbriachezza vino, quando vien beuto fuor di modo, dirò in poche parole quel, che si può fare, acciò che l'huomo non incorra in vna ubbriachezza; Et prima dirò che chi vuol hauer del tutto in odio il vino, pigli vn anguilla viua, & la lasci morir in vaso pieno di vino, & beua di quello, che baurà sempre in odio ogn'altro vino. Vuol Galeno, che'l polmone di pecora, mangiato a digiuno, impedisca l'ubbriachezza, ancor che ne beuesse vn staro. Altri vogliono che le foglie di ruta, & le amandole amare mangiate auanti il bere, prohibiscono, che il vino non fa ci alcun male: ilche fanno parimente i caoli mangiati co'l brodo. Et à coloro, che vorranno ber molto, & senza vocumento, alcuni danno vn poco di pietra di pomice poluerizzata in farina, la quale per la sua siccità, effica la grande humidità de vino. Questa medema pietra messa in vn vassello quando bolle il vino, smorza l'ebollitione, & rende il vino chiaro.

Gallina.
Età de' vini.

Parlando il Pisanelli delle qualità del vino nuouo, & vecchio, non fa mentione alcuna, qual sia il nuouo, & qual sia il vecchio, ne di ciò hò trouato appresso i Dottori, ne Greci, ne Arabi, che se ne facci mentione alcuna, saluo che Dioscoride nel lib. 5. al cap. 7. diuidendo il vino in tre età, dice che'l vin vecchio nuoce a' nerui, che il nuouo gonfia, & che quel di mezza età, non nuoce in parte alcuna. Così Galeno al quarto delle compositioni de' medicamenti, per generi al cap. 5. dice che il vin nuouo non passa; che il vecchio è agro; & che quel di mezza età è buono, che è trà cinque, & dieci anni: quasi che voglia, che dal principio delle vendemie fin'a cinque anni, il vino si chiami nuouo, da cinque fino à dieci, di mezza età,

REGOLE DELLA SANITA. 657

mezz'età, & da dieci in poi si chiami vecchio. Il che potrebbe forsi stare, s'ei parlasse di quei gagliardi vini di Grecia, che durano longamente, come scriuo Plinio nel libro 14. dell' Historia naturale al cap. 4. oue dice, ch'egli hà veduto de' vini di ducento anni, ilche dimostra, che gl'antichi hanno diuersamente da noi trattato dell'età de' vini.

Et perche noi chiamiamo noua vna cosa, quando non è lontana dal suo principio, & vecchia, quando è molto lontana, & mezzana quella, ch'è di mezzo, che non sarà ne noua, ne vecchia, come per essempio, vin nouo si chiamerà quello, che non sarà vino più d'un mese, ò due, ò tre dopò le vendemie, & da tre sin' à otto, ò dieci, mediocre, & passato l'anno si chiamerà vecchio (percioche i nostri vini non possono durare sì longamente, come quelli de gl'antichi, prima per non esser sì gagliardi, & poi perche sian migliori beuitori, che non i conseruiamo tanto tempo;) Perciò diremo, che il vino mentre ch'egli haurà ancor l'odor del mosto, & che sarà caldo, & dolce, & turbido, sarà nouo, & quel che haurà persa la dolcezza, che nò sarà turbido, mà puro, chiaro, & alquanto agro, sarà vecchio, così il vin puro, chiaro, con buon'odor dell'vua, & senz'alcuna acutezza, sarà di mezz'età, ancor che possi esser nouo, & vecchio di manco, & maggior tempo, secondo le regioni doue si fa, & questo basti.

Che sia di sostanza sottilissima, & alla vista appaia lucidissimo, & trasparente, benchè di raro si troui.

Diletta mirabilmente alla maggior parte de gl'huomini, che seguitano l'appetito senile del gusto, nutrisce molto, e gioua al petto.

Tt

Opila

Vin dolce.

PISANEL

LI.

Elessione.

Gionamensi.

658 REGOLE DELLA SANITA.

Nocumenti.

Opila gagliardamente il fegato, e la milza, empie la testa, fa sete, & genera la pietra nelle reni, e si conuerte in colera.

Rimedio.

Che i colerici non l'usano in modo alcuno, ne quei, ch'hanno le viscere malamente disposte, o pure di rado, & in poca quantità.

Gradi.

E' caldo nel secondo grado, & humido temperatamente.

Tempi, Età,

Non si deue usare se non a' tempi molto freddi, & è più conueniente a' vecchi, che a' giouani, perche facilmente si conuerte in colera.

Complexioni.

Le cose dolci sono per loro natura conuenientissime alla natura humana, mà per accidente si fanno nociue, come il vino dolce non tanto nuoce perche sia dolce, quanto perche è di sostanza grossa, ilche è causa della tarda penetratione, e però è opilatiuo, nuoce al fegato, ch'è affetto di apostema, o di durezza, e così alla milza. Il polmone quando è ripieno di grossi humori, riceue gran giouamento dal vino dolce: come il fegato, ne sente nocumento, perche aiuta lo sputo, massime s'è bianco. Nuoce al fegato, perche gli arriuua subito auanti, che si così per strade larghe: Mà al polmone non arriuua, se non dopò, che è ben colato per strade strette.

Il vin dolce è miglior per i magri, che vogliono diuentar grassi, che per i grassi; percioche per la tardità, che fa nel penetrar, fa diuētā l'humo grasso. Oltrea di ciò dice Galeno, che hā questo di buono, che muoue il corpo. Et quando nel polmone sono humori crudi, & viscosi, li fa sputar fuori, pur che siano già concotti, & preparati dalla natura, altrimenti non si dee bere, che portarebbe gran nocumento. Scrive Aristotile nel 4. della sua Metheora, alla 3.

sessione

REGOLE DELLA SANITA. 659

sessione de' problemi, che il vino dolce non può vbbriacare, ne si può condensare per il freddo; ilche molti trouano strano, poiche si vede molti benitori di vin dolce diuentar vbbriachi, che lasciaranno di marauigliarsi se uorranno ben considerare quel, che scriue Plinio di quella sorte di uin dolce, ch' amato Protropio, il quale ancora Galeno usa ne' medicamenti, & di questo credo, che habbia uoluto parlar Aristotile, che si faceua di mosto, che uscua dalle uue, auanti, che si spremessero, il qual poi si metteua nelle botte, & si teneua al sole per quaranta giorni ne' giorni caniculari, del qual Varrone nel lib. 8 al 3. cap. dice ch' i nobili Romani usauano uolentier il Protropio ne' lor banchetti, per esser dolce, & che non vbbriacaua; Et si troua anch' appresso di Varrone, & d' Auto Gellio, ch' alle donne, alle quali era interdetto l'uso del uino, era concesso di bere di questo, come che fosse senza pericolo d' vbbriacare. *Vinbrusco.*

Che habbia mediocramente dall' astringente, e non sia ne pontico, ne austero: sia sottile, e poco colorito, & ben fatto. *PISANEL LI. Electione.*

E' buono nella febre Diaria, al fegato infiammato, & allo stomaco disseccato; rinfresca, leua la sete, sana il flusso, e stagna il vomito. *Gionamensi.*

Stringe il petto, e fa venire la tosse, non dà buon nutrimento, ne fa buon sangue, & impedisce il sudore. *Nocumensi.*

Nons' vfi se non per medicina de' conualescenti, e per complessioni calde, nelle quali la colera auanza. *Rimedio.*

Trà gl' altri vini hà tanto poco calore, che non arriua al primo grado, è ben secco nel secondo grado. *Gradi.*

Tt 2

Questo

660 REGOLE DELLA SANITA.

Tempi, Età. Questo s'hà da bere solamente ne' tempi *CompleSSIONi*, molto caldi; & è per i giouani, & per i colerici, & molto nemico à i vecchi, & à i flemmatici.

I vini bruschi, agrestini, flitici, pontici, austeri, & acerbi si confondono trà loro per la poca differenza, ch'hanno questi sapori trà loro. E' ben vero che l'austero partecipa dell'amaro, & il pontico del sorbigno. Quei che propriamente sono bruschi, sono buoni per i gran caldi, purchè non partecipano dell'acetoso; cauano la sete, e rinfrescano, mà presuppongono vno stomaco molto caldo. I raspati, quando sono di vino ottimo, sono molto buoni; perche quella mordicatione gagliarda congiunta co'l sapor dolce, ò altro sapore di vin buono, prouoca l'vrina, fa digerire il cibo, e non lo lascia fumare al capo, e risueglia l'appetito.

Il vin raspante si fa in due modi, l'uno è, che si mettono alquant'vne acerbe con le mature nel torchio, & si spremono, il uin, che n'esce, si mette nelle botte, ò nero si scielgono l'vne, & si pestano con alquante raspe, & si mettono l'vne, & le raspe insieme nella botte con altrettanto mosto; Perilche il mosto piglia dal sugo di quelle raspe, & dalli uachi, che vi sono, un piccante molto diletteuole al gusto. Noi in Piemonte pigliamo l'vne ben mature, & n'empimo una botte, à quali aggiungemo tanto di uin uecchio, & di mosto, che sia piena la botte, & quando ne cauiamo una stagnata, gl'è ne mettiamo un'altra, & così si fa un uino, che ricrea lo stomaco, & toglie la sete, specialmente a' colerici, & a' sanguigni. Oltre il detto uino raspante, v'è il uino puro, fatto da se sen'altra mistura, qual chiamiamo piccante,

REGOLE DELLA SANITA. 661

piccante, & questo credo, che fosse ancora appresso
gl'antichi; ilche si proua per molti' autorità. Pri-
ma per Plauto nel penulo, oue dice, Vetustatem
edentulo, vetustatē irriges, chiamādolo uino eden-
tulo, per fare differenza da quello, che si chiamaua
dentato, & mordace. Et poi per Plinio nel lib. 14. al
cap. 20. oue scrine, che spargendo alquanto di poluer
di pece nel uino, diuenta odorato, & acuto di sapore:
& per questo ne dà ad intender due cose, l'una, che
gl'antichi per mantener buonii lor uini, serrauano
ben le botte con la pece, & l'altra, che gli mettauano
qualche poco di pece dentro poluerizzata, per
dargli sapore; & dalla pece chiamata da' Latini,
pix, credo, che sia uenuto il uocabolo piccante. Ne
si marauigli alcuno, che la pece, la qual hà sì mal
odore, si mettesse ne' uini, per farli odoriferi, per-
eioche ui si metteua sì ben lauata, & sì ben netta
dentro, che se gli toglieua ogni mal'odore. Fece an-
cora memoria del uin piccante. Auerroë al 7. delle
sue collectanee al cap. 16. dicendo. Vinum, quod
melius reperitur, est aromaticum, cuius calidi-
tas penetrare potest per totum corpus, quod sit
sine amaritudine, & stipticitate, & est illud vi-
num, quod est vinosum, pungituum in princi-
pio, postea delectabile sine aliqua ponticitate.

Che sia di sostanza più sottile, che sia possi-
bile, splendido, è chiaro, simile alla pietra chia-
mata Rubino.

Nutrisce molto bene, genera buono san-
gue, leua la Sincope, e fa vedere sogni grati
la notte.

S'è grosso; graua lo stomaco, nuoce al
regato, & alla milza, con fare opilatione,

Vin rosso.

PISANEL

LI

Electione.

Gionamenti.

Nonimenti.

Tt 3

& è

662 REGOLE DELLA SANITA'

& è assai tardo da digerirsi.

Rimedio.

Mangiargli appresso granati, ouero aranci acetosi: ouero altri cibi conditi con aceto, o con sughi acetosi.

Gradi.

E' caldo nel fine del primo grado, e nel principio del secondo, nel resto egli è temperato.

Tempi, Età, Complessioni.

Questo è buono ne' tempi freddi per quell'età, & complessioni, che ricercano molto nutrimento, ouero medicamento astringente.

I vini rossi, e grossi sono tutti più nutritiui degli acquosi, per la grossezza grauanano vn poco lo stomaco, non ascendono al capo, non fanno vbbriacare, ma se lo fanno, tardi si risoluono; empiono le vene di sangue grosso. Dice Galeno, che hà veduto gli Athleti vsare tali vini, per hauere gran forza, e l'hanno acquisita grandissima, è nutrimento, come di carne di porco. Però a' giouani si danno auanti il cibo, a' vecchi ne prima, ne poi; perche per difetto di calore, generano pietra, & opilatione nelle reni. I neri dolci, sono anco più nutritiui, ma anco opilatiui. I neri austeri generano humori melanconici. I rossi dolci sono petorali. I rossi, che tirano assai al chiaro, e raspano, fanno vrinare assai, e si dicono di color Goro.

Il vin rosso, sottile, stomatico, lucente, & chiaro, che communemente s'usa da noi, porta al corpo, & all'animo molti giouamēti; frà quali v'è ne sono dieci principali, cioè cinque al corpo, che sono questi, che fa buona digestione, prouoca l'vrina, fa bel colore, induce buon'odore, & aiuta il coito: et cinqu' all'animo che dà buona speranza, rallegra i spiriti, fa l'huom audace, abbatte l'arroganza, & produce vna bellezza sin-

REGOLE DELLA SANITA. 663

za singolare. Onde nell'Ecclesiastico si legge. Vinum in iucunditate causatum est, & est exultatio animæ, & cordis. Et altroue, Vinum moderate sumptum, sanitas est animæ, & corporis. Perciò scrine Auueroë al 5. cap. de' suoi collettanei. Vinum natationem cibi in stomaco necat, ventositates resoluit, vrinam prouocat, & sudorem, animam lætificat, & iuuat naturam ad expellendum superfluitates. Vserono gli antichi diuersi modi nel condir' i lor vini, & si può credere, che lo facessero per tre cause. Prima per adolcir l'asprezza del vino, & farlo più chiaro, secondo per farlo più gagliardo, & che diuentasse più presto vecchio, terzo per guardarlo, che non si guastasse. Per la prima scrive Plinio, che gli Africani soleuan porre nel vino gesso, o ver calcina, per alleggerir l'asprezza d'esso, si come i Greci soleuan porre marmore, o sale, o acqua marina, com'intendo, che si fa ancora nella maluasias di Candia, doue si sente vn certo odore, & sapore d'acqua salsa; & appresso i Mantoani nel lor vin bianco si suol metter allume di rocca, il qual, per hauer del corrosiuo, non è buon per la sanità, ancora che lo renda più gagliardo, & più chiaro. In luogo del quale sarrebbe meglio mettere delle rasparice di scorza di nocciuola come s'vsa in molti luoghi, che lo renderebbe chiaro, & buono in poco tempo. Per fare poi che'l vino fosse più gagliardo, & diuentasse più presto vecchio, scrive Plutarco al quinto de i suoi Problemi, al capitolo terzo, che gli Italiani, i quali habitauano presso il Pò, erano soliti d'vnger le botte con pece, & poi di metterui il vin dentro, aggiungendoui vn poco di resina, o sia pece cotta, per far, che quelle botte rendessero il vin più forte, & più gagliardo.

664 REGOLE DELLA SANITÀ.

gagliardo, & che l'acquosità, & l'humidità di quel vino fosse dalla resina consumata, come s'usa in Venetia, e paesi maritimi. Altri per fare, che s'invecchiasse presto, metteuano le botte in luoghi caldi; ò ve-ro le teneuano al fumo, che penetraua, essicasse l'acquosa humidità del vino, si com'intendo, che si fa ancora in Provenza, & à Marsiglia del qual scriuendo Martiale dice.

Improba Massilie quicquid fumaria cogunt;
Accipit ætatem quisquis ab igne cadus.

Et aliroue.

Massilia fumos miscere niualibus undis;
Parce puer pluris, ne tibi constet aqua.

Vuol parimente Galeno, che suo padre fosse solito di conseruar' il vino nel medesimo modo, donde Horatio dice.

Hic dies anno redeunte festus
Corticem adstrictum pice dimouebit
Amphoræ fumum bibere institutæ
Consulle Tullo:

Resta la terza causa, qual'era di conseruar il vino, che non si guastasse: Et perciò fare alcuni metteuano nel vino del sale, & altri dell'acqua salsa del mare, alludendo; che si come il mar conserua le cose incorrotte, così conserua il vino da corrottione. Alcuni altri vi metteuano del vin cotto, com'intendo, che si fa ancora in molte parti del regno di Napoli; & son molti, ch'al tempo nostro pongono sopra il vino, quando la botte è piena, dell'oglio d'oliva, dicendo, come l'oglio consuma ogni sugo, così medesimamente conserua il vino. Hò trouato poi appresso d'alcuni, che scriuendo nel fondo, & dentro della botte il suo nome, o scritto verso mai il vino si guasterà, cioè.

Gustate,

REGOLE DELLA SANITA. 663

Gustate, & videte, quòd suavis est Dominus.

Chè non sia di più d'un anno, perche sarebbe troppo caldo, sia splendido, e lucido, e fatto di vne mature, nate nelle colline.

Resiste à i veneni, purga le vene da gli humori corrotti, e resiste alla putredine: e buono per i vecchi, perche conforta il calore naturale.

Leua l'appetito del coito, perche dissecca lo sperma, nuoce à i conualescenti, & à chi hà i membri deboli, quando troppo se ne beue.

Vsando fin conueniente quantità ben temperato con l'acqua, e mangiando appresso le

Cotogne.

E caldo nel principio del secondo grado, e secco nel primo.

Conferisce in ogni tempo, ad ogni età, & ad ogni complessione, purchè non sia troppo vecchio, & s'vsi in conueniente quantità.

Il *Vino citrino* volgarmente si chiama bianco, & è detto così, perche somiglia i cedri ben maturi. Egli è odorifero, e potente, massime se nasce nelle colline, onde disse Virgilio. Bacchus amat colles. E' penetratiuo, genera colera, ascende al capo, fa vbbrichezza, che presto si risolue. Presto passa a sottilia gli humori da gli escrementi, e riscalda i corpi freddi: se ne guardino quei, che sono di calda complessione. Vi sono d'altri vin bianchi, sottili, acquosi, diafani, simili all'acqua, e non tolerano la mescolanza dell'acqua, detti da Galeno Oligofori. Questi prouocano l'vrina, e'l sudore: nutriscono molto poco, non vanno al capo, fanno dormire, giouano alla quartana, alla Diaria, & à conualescenti dalle febre, leuano la sede, sono buoni l'estate, e fanno digerire.

Vin bianco.

PISANELLI.

Electione.

Gionamenti.

Nocumens.

Rimedio.

Gradi.

Tempi, Età.

Complessioni.

Scrivè

666 REGOLE DELLA SANITA.

Scrive il Pisanelli, trattando de' vin bianchi, che
 vi sono altri vini bianchi, sottili, acquosi, trasparen-
 ti, puri, & lucidi, simili all'acqua, de quali dice Gale-
 no, ch'al gusto non hanno alcuna gagliarda qualità,
 ne portano acqua, perciò furono detti da gl'antichi
 Greci Oligofori, & da' Latini Pauciferi, quasi che
 voglia dir, che portino poca acqua, onde noi li chia-
 miamo acquosi, poi che in virtù sono simili all'acqua,
 non scaldano, non ascendono al capo, non nucono a'
 nervi. Però ben diceua esso Galeno. Idoneum
 est hoc vinum ad eorum, qui in pulmone con-
 tinentur educationem, virtutem nimirum robo-
 rans, & humores humectans, ac incidens mo-
 deratè, idem, & febricitantibus minori cum
 periculo datur, quàm alia vina, nam huic vni
 ex omnibus vinis inest, ut aquæ, & vini mali-
 tias affugiat. Per le quali parole si può compren-
 dere, che Galeno non parlasse de' nostri vin bianchi, i
 quali si douerebbono chiamar più tosto citrij, o dorati,
 per hauere il color del cedro, ouero dell'oro, & non
 del bianco, com'è la neue. Mà oue si trouino questi
 tali vini, non è chi ne parli; dirò bene che in Toscana
 quelli che lor chiamano trebiani, s'approquinano
 più alli vini acquosi di Galeno che à niuno altro vi-
 no, & quanto più il vino s'approssima al color bian-
 co, & all'acqua, tanto più è acquoso, & sottile, non
 trouandosi mai vn vin bianco, dolce, & grosso, mà si
 ben citrino. Perciò auuertischino i Medici à dar à
 gli amalati i vini più sottili, acquosi, & di color più
 bianco, che si può; oltra di ciò ch'habbiano bollito il
 tempo debito, & siano fatti, & maturi, ne troppo
 vecchi; atteso che i bianchi s'inuecciano più tosto,
 che i rossi, ne possono durare longo tempo, mà presto
diuentano

REGOLE DELLA SANITA. 667

diuentano acetosi. Al che riparare uogliono alcuni, che s' attacchi un pezzo di lardo al pertugio della bottte, percioche la grassezza, & salsedine sua proibisce la separatione.

Oltra l'vtilità, che dà il vino al nostro corpo, suole *Acqua vite.* ancor giouarne lambicandolo, & facendone l'acqua cosi chiamata per le gran virtù, che possiede à conseruare la vita nostra. Imperoche facendosi di buono vino, & con quella diligenza, che si richiede merita-mente si può chiamar acqua di vita, perche cosi come preserua tutte le cose, che vi si ripongon dentro dalla corrotion, cosi preserua la vita à chi l'vsa di bere moderatamente, & con risguardo, & togliendo da i corpi loro ogni putredine, & oltra di ciò conserua, ri-para, diffende, & prolunga la uita, non solamente conseruando ella il calore nostro naturale nel suo ui-gore, mà ancora rigenerando i spiriti uitali, scalda lo stomaco, conforta il ceruello, chiarifica la uista, & ri-para la memoria: usandosi però da coloro, che sono più presto di fredda, che di calda natura, che corre-gano crudità, & ventosità nello stomaco, & che so-no sottoposti a' freddi difetti, & abbondanti d'hu-mori flemmatici, però vale ella mirabilmente alli dolori ventosi del corpo, al mal caduco, all'appople-sia, paralesia, vertigini, batticuore, tremori, & si-mili difetti, beuendone ogni giorno la mattina à di-giuno vn cucchiaro, ò semplice, ouero composta con aromatici, tra' quali i principali sono gli anisi, & il cinnamomo, come s'vsa comunemente fare, che oltra l'vtilità, che suol portar al corpo, come habbiamo già detto, e ancora molto più grata al be-re, & al gusto.

Hauendo parlato de' vini vecchi, & nuoui, bian- *Vino adas-*
chi, *quato.*

663 REGOLE DELLA SANITA.

chi, & rossi, deboli, & forti, mi par esser cosa necessa-
ria di parlar della mistione, che si fa con l'acqua, ac-
cioche di potenti, fumosi, & grossi, si rendino piccioli,
deboli, & sottili. Dirò dunque che'l primo, che met-
tesse acqua nel vino fu Stasilo figliuolo di Sithene,
come riferisce Plinio; & che questa mistione, secon-
do la varietà de' tempi, hà preso ancora diuerso mo-
do da farsi percioche, ò verò si pigliaua il modo di
meschiar il vino con l'acqua, dalla natura del vino,
ò vero dalla volontà di chi lo beueua, ò vero dal tem-
po, che si beueua. Dalla natura del vino primamē-
te si variaua, poiche appresso di Greci, v'era vna
sorte di vino, che portaua nuoue volte tant'acqua,
& questo si chiamaua da Homero Maroneo, & da
Giuenale, Indomito, come il Falerno, il qual à pena
con gran quantità d'acqua si può domare. Nondi-
meno Plutarcho nel 3. de' Simposiaci descrive per
commune prouerbio tre modi con i quali il vino si
soleua adasquare, & questi disse; che furno presi
dalla musica di Dionisio, de' quali il primo si chiama-
ua Sesquialtera, il secondo Diapason, & il terzo Dia-
zesseron. Al primo si metteuano tre parti d'acqua,
& due di vino, al secondo due parti d'acqua, & vna
di vino, & al terzo tre parti d'acqua, & vna di vi-
no. Aggiunge ancora Plutarcho, che la terza mi-
stione conuenueua à coloro, che studiavano, & che da-
uano opera alle contemplationi, acciò che fossero più
sobrii, & di mente più eleuata, & l'altre, che conue-
neuano à gli agricoltori, & à coloro, che s'affaticaua-
no in essercitij forti, & gagliardi. Dalla natura
de' beuitori si variaua ancora il modo di meschiare
l'acqua co'l vino, percioche i sani, & caldi di com-
plessione, & che faceuano vna vita otiosa, vi mette-

uano

REGOLE DELLA SANITA. 669

uano gran quantità d'acqua, & per il contrario, i freddi di complessione, deboli, & che fateuano grand'effercitio: i freddi di complessione, deboli, & faceuano grand'effercitio, con manco acqua meschiavano il vino; per questo i vecchi beueuano il vino più puro de gl'altri: laonde Achille appresso Homero hauendo visto Vlisse, & Fenice vecchi, c'hauuano durato gran fatica tutto quel giorno nella guerra, non volse, che mettessero gran quantità d'acqua nel vino, mà che lo beuessero quasi puro, come sogliono fare gl'altri vecchi. Vltimamente si varia il modo di meschiar il vino con l'acqua dalla stagione del tempo, percioche i Medici seguendo l'opinione antica, voglion, che'l vin si beua più adacquato la state, che'l verno, & il verno più puro, che la state, mà questo si deue sempre intender di persone libere, & ciuili; percioche il contrario vuol Catone, che si facci ne' serui, & ne gl'huomini di campagna, & contadini, i quali vuol, che'l verno beuano poco picciol vino: & ben'adacquato, & la Primavera, & la state, in quei tēpi, che s'affaticano molto in lauorar i campi, & in far altri effercitij di campagna, che debbanouere in maggior quantità, & vn vino, che sia gagliardo, & puro.

Poiche il vin freddo solamente conuiene a coloro, che sogliono fare molto effercitio, come n'insegna Galeno nel libro de' cibi de buono, & cattino sugo, al cap. 3. lodarei a color, che fanno vita quieta, & che stanno in otio, che volendo beuere fresco, non hauessero da rinfrescare il vino, mà l'acqua, con la qual lo vogliono adacquare, perche essendo l'acqua di sua natura fredda, & humida, non può patir danno nel raffrearsi, come fa il vino, che patisce alteratione dal

670 REGOLE DELLA SANITÀ.
ze dal freddo, & dal caldo.

Gl'antichi haueuano diuersi modi per raffreddar l'acqua. Il primo era con la neue, della qual dice Martiale.

Non potare niuem, sed aquam potare rigentē.

De niue commenta est ingeniosa sitis.

Ilche descrive ancora Plutarco nel sesto de' simposiaci: oue dice, che gl'antichi metteuano paglie, & grossi panni intorno alla neue, nella qual teneuano l'acqua fredda.

Il secondo modo vien descritto da Protagoride nel secondo lib. dell' Historie Comice, oue dice, che al tempo d' Antioco pigliauano l'acqua, & il giorno la teneuano in vn luogo, che fosse battuto dal Sole, poi venendo la notte, si colaua, & la parte più sottili si metteua in vasi di terra, ne' luoghi più alti della casa al sereno, & due putti spargenuo tutta la notte acqua fredda intorno i quei vasi, ou' era l'acqua, & la mattina auanti il leuar del Sole, si ritornaua, à colare, & si riponeua nella cantina, tenendo i vasi circondati di paglia, & questa tal'acqua si beueua per sanità, & per esser fredda.

Questo modo di raffreddar l'acqua, era quasi simile à quello, che descrive Galeno nel quarto Commento del sesto libro d' Hippocrate de morbi volgari, che si faceua in Alessandria, & per tutto l' Egitto, oue dice, che scaldauano primamente l'acqua, & poi quando cominciua à venir la notte, la metteuano in certi vasi, & questi pendeuano al sereno à qualche finestra, che fosse esposta al vento, lasciandoli tutta la notte al vento; Poi auanti il leuar del Sole, ioglieuano quei vasi, & li metteuano in qualche luogo freddo in terra, & li circondauano d'acqua fredda,

ò ve-

REGOLE DELLA SANITA. 671

è vero di foglie fredde, come di salice, di vite, di lattuche, di simili, acciò il freddo si conseruasse per tutto il giorno più longamente.

Vn'altro Autore chiamato Semo Del o nel secondo lib. de Nesidi, dice che nell' Isola Cimolia haueuano cauerne in terra, cauate à posta per tener l'acqua fredda, nelle quali metteuano l'acqua calda in vasi di terra, & così prendeuano vna freddezza da quei luoghi, che si cauaua più fredda, che la neue, & di questa si adacqua il vino la state.

Vuol Plutarco secondo Aristotile, che si possi raffreddar l'acqua con pietre viue, o lamine di piombo messe in essa, & questo al mio giuditio si deue più tosto far per vso di medicina, che per bere per sanità.

Resta à dichiarar il 3. modo da raffreddar l'acqua senza neue usato da' Romani, l'inuention del quale s'attribuisce à Nerone, il qual faceua prima-mente cuocer l'acqua, & così cotta, la metteua ne' vasi di retro, i quali circondaua di neue, & così la rendeuo fredda, & sana. Ilche vedendo i Romani, seguirono quel modo, & communemente la chiamauano l'acqua cotta di Nerone, onde Giuuenale alla satira quinta dice.

Cum stomachus domini feruet potuq; ciboq;
Frigidior Geticis petitur decocta pruinis.
Et Martiale.

Spoletina bibis, vel Marfis condita cellis,
Quo tibi decocta nobile frigus aqua.

Et parimente Galeno nel 7. lib. del Methodo, dice, haueu curati molti irauagliati dallo stomaco, & da altri membri naturali per mala complessione, con far loro bere dell'acqua raffreddata con la neue. Il che si può fare ancora al tempo nostro ne' luoghi,

oue

672 REGOLE DELLA SANITA.

due si può bauer della neue, ò del ghiaccio, co' qual si suol raffreddar l'acqua. Et la causa, che l'acqua cotta si rendi più fredda, che la cruda, è questa, che dal fuoco si spartono le parti più crasse dalle sottili & così resta più sottile, riceue più facilmente l'alteratione dell'aëre.

Potrà dunque ogn' vno, che desidera di bere fresco, & conseruar la sanita, adacquar il vino con l'acqua, che sia fresca, & fatta fredda con alcuni dell' già detti modi, & à chi non vuole vsar' acqua ne vino, gli sarà concesso di rinfrascarlo in alcun di que modi, che son descritti dal Pisanelli, cioè tenendolo all'aria di notte la state, ouero circondando di neue il vaso, nel qual stà il vino, ò uero metter detto vase pieno di uino in un altro, che sia pieno di salnitro, & muouer spesso, ò uero, come più usitato, & con maggior freddezza calar' il uaso, ou' è il uino in un pozzo, che stia lontano dall'acqua per mezzo palmo, accioche si raffreddi da i uapori, che si leuano dall'acqua fredda, & questo è più sicuro; & si può usar con minor danno, come pur' anch' usauano gli antichi, si come truouo scritto appresso Lisippo nel suo libro chiamato Bacchis, & appresso Stratone ne' refrigeratoriij, & questo basti.

Necessità del bere.

Il bere è una cosa humida in atto, che nel uentre si mescola con i cibi, e quelli trasporta à tutte le parti del corpo. Egli è necessario per due cause: l'una, perche bagni dentro il corpo, e riempia i luoghi di quelle sostanze humide, che si risogliono, e si consumano. L'altra accioche porti il cibo à tutti i membri, e lo faccia penetratiuo quanto basta. Questa mescolanza di cibo, e di bere, si fa per la digestion, quella per la nutritione e questa per la conseruatione del.

REGOLE DELLA SANITA. 673

ne della sanità: come dimostra la missione de gl'elementi insieme, che sono di diuersa natura. E per-
che la concottione non è altro, che vna perfettione ^{Perche sia us-} ^{cessario il be-}
fatta dal calor proprio, e naturale in vn soggetto, ^{re.}
che hà contrarie passioni, secondo Aristotile al quarto delle Meteore; chiara cosa è, che quanto si farà
meglior concottione, ne seguirà tanto più perfetta
nutritione: e questo sarà quando insieme si mescola-
ranno il cibo, e'l bere: nel quale atto le passioni delle
prime qualità verranno a temperarsi insieme. Di
più, quello che si cuoce, è necessario, che diuenga di
sostanza simile all'orzata, accioche sia sottile, e pe-
netrabile: Et perche quello, che si mangia è solo, gl'è
di bisogno, che in sua compagnia si mescoli alcuna co-
sa liquida, che lo facci diuentar penetratiuo, e sottile,
e questo è il bere, del qual parlādo Platone nell' Hip-
parco, disse, che' egli era humido nutrimento del cor-
po: e nel secondo delle leggi disse, che sì come il ferro
nel fuoco si fa tenero, così i corpi de' vecchi co'l vi-
no si fanno più molli, e resistono alla durezza, &
alla siccità dell'età.

Non si beua ne acqua, ne vino, quando lo stoma- ^{Regole da os-}
co è digiuno, massime da chi è stato al bagno, che hà ^{seruarsi nel}
usato il coito, o fatto altro esercizio, tanto violento, ^{bere.}
che si sia accresciuta la frequenza della respiratio-
ne, o sudato, se prima non si prende refettione di
cibi, perche nuoce alla testa, al ceruello, a' nerui, e fa
alienatione di mente, massime se ci è gran fame.

Dopò il cibo per tre hore non si beua, se non po-
chissimo vino, o acqua secondo l'vsanza, perche il
bere, quando lo stomaco è pieno, non lascia che il ci-
bo tocchi la sostāza dello stomaco, anzi il vino inter-
posto, non lascia, che'l cibo si muti, come si conuiene.

Vu

Dopò

674 REGOLE DELLA SANITA.

Dopò che'l cibo è calato dallo stomaco, e discesa giù al basso, all' hora quei, ch' hanno gran sete, possono satiarfi di vino, o d' acqua: secondo la loro consuetudine.

L' acqua beuuta dopò pasto con la sua frigidità, impedisce la digestione. Et il vino, come penetratiuo, porta il cibo indigesto.

Chi di notte hà sete, lauifi la bocca, non beua se non pochissimo à fatto, e con vaso di stretta bocca, o vero con tolleranza pongasi à dormire, secondo la dottrina d' Hippocrate: se però non hà mangiato cibi troppo salati.

Dopò l' aglio, la cipolla, Et altri cibi acuti, non si beua, perche cresce caldo à caldo: e si fa penetrare per le vene quei cibi di mala qualità indigesti. Mà prima si mangiano cibi di buona qualità, e poi si beua.

Vino à chi si
nieghi, Et à
chi si conceda.

Il vino si niega a' fanciulli, perche gl' è vn' ag-
giungere fuoco à fuoco sopra legne deboli, e perche
turba lor la mente.

Platone fece la legge, ch' auanti i 8. anni non si potesse bere vino, e che nessun Generale d' essercito, Giudice, Gouvernatore, o altro tale, mentre duraua il tempo del suo gouerno, potesse gustar vino. Aristotile ne' Problemi dice, ch' i puiti non desiderano il vino, perche essendo lor molto humidi, non ne hanno di bisogno.

Platone nel Timeo vuole, che l' huomo, e la donna quando hanno da stare insieme la notte per far figliuoli, si astenghino dal vino.

Il vino nega a' giouani, che crescono, perche hauendo essi vna natura calida, e feruente, portano pericolo, di essere infiammati gagliardamente nell' anima.

REGOLE DELLA SANITA 675

l'anima, e nel corpo, e di esser furiosamente agitati.

Si concede a' giouani virili, che passando 40. anni, incominciano ad entrare nel consorcio de' vecchi.

Si concede a' vecchi come cosa conueniente alla natura loro, perche co'l suo calore riduce la freddezza di quell'età ad vn giusto, e conueniente temperamento. Mà non conuiene dargli vini potenti, perche nuocono al capo, & a' nerui, mà solo quei Diuretici, e penetratiui, che fanno copiosamente urinare.

Queste leggi può essere che nella Grecia oue i paesi sono caldissimi, & i vini potentissimi, hauessero già luogo, mà in queste parti fredde; oue i vini non sono tanto grandi, non si seruaranno mai. Massime che l'Italia antichissimamente fù detta Oenotria dal produrre, e dal dilettarsi del vino.

Il vino fù negato anticamente alle Donne, perche con l'uso di quello chiudono la porta alle virtù, e danno l'ingresso a tutti vitiij.

E però si legge appresso Valerio, che Metello à furia di bastonate ammazzò la Moglie, perche haueua beuto il vino. Del qual atto egli non fù d'alcuno ripreso, non che accusato.

Dal moderato uso del vino, l'ingegno si fa illustre, e chiaro: l'animo si rende più fedele, e più mansueto: l'anima si dilata, gli spiriti si confortano, l'allegrezza si moltiplicano, & i dispiaceri si scordano: onde soleua dire Zenone, si come i Lupini, che sono amari, con l'infusione dell'acqua si fanno dolci: si io co'l vino mi dispongo alle dolcezze, & a' piaceri: & Aristotile ne' Problemi disse, che il vino

Effetti del vino beuto moderatamente.

apportaua à gl'huomini ardire, e speranza. Egli muta i ritij della natura in cōtrario, percioche l'huomo empio lo fa pio, d'auaro lo fa liberale, di superbo humile, di pigro sollecito, di timido audace: la taciturnità, e la pigrizia della mente muta in astutia & in fecondia. Scriue Ruffo, che' Persiani, e gl'Eleni vsauano il vino, quando voleuano disputare, ò di scorrere, ò dar consiglio graue; & gl'Eleni in particolare l'vsauano, quando voleuano far versi, ò sonare in strumenti musicali, con dire che il vino conduce la mente humana dalla potenza all'atto. D singolar temperanza fù lodato Augusto, il qual sempre si poneua à tanola, quando erano satiati, gl'altri conuiuanti, e si leuaua prima di tutti: & d'esemplar parsimonia nel bere fù celebrato Giulio Cesare da Marco Catone, il qual disse. *Vnus ex omnibus Cesar ad euertendam Rempublicam sobrius accessit.* Nel qual senso Bacco fù cognominato mite, dolce, donatore dell'allegrezza; nobile, generoso, candido, tenero, benigno, nitido, e blando. E il vino fù detto lene, soaue, limpido, libero, molle, bello, muschiato, pretioso; fragrante, e buono.

Quanto poi appartiene al corpo; Il vino conferisce alla nutrizione, alla concottione, alla digestione & alla generatione del sangue. Egli distribuisce gl'humori, che sono concotti, nutrisce con velocità, rallegra il cuore, scaccia le ventosità; pronoca l'urina, augmenta il calor naturale, ingrassa i conualescenti, risueglia l'appetito, muoue i sudori, e fa dormire, e rischiarisce il sangue, ch'è torbido, apre l'ostruizioni, porta il nutrimento à tutte le parti del corpo, assouiglia gl'humori grossi, manda via il cattiuo colore della colica, & aiuta à fare uscire tut
gli

REGOLE DELLA SANITA. 677

gli escrementi del corpo. E questa quantità moderata del vino, secondo la dottrina de gl' antichi, vuol esser tanta nello stomaco, che non nuoti, & i cibi non vadano nauigando, non faccia vento, ne ruggito.

Della qualità poi del vino parlando Galeno disse, che il buon vino vuol esser d'età mezzana, cioè ne nuono, ne vecchio, di sostanza puro, e lucido, di color bianco o mezzo rosso, di odor soauo, e che nel gusto non si senta acquoso, ne stitico, ne amaro, ne dolce eccessiuamente. E questo è conuiene a tutti, massime a' vecchi.

Quando la quantità del vino, che si beue, non può esser retta, ne moderata dal calor naturale, non solo egli non scalda, ma genera effetti, & infermità frigidè: perciò che suffocando il calor naturale, nuoce assai al ceruello, & a tutti nerui: e quindi nasce l'Apoplezia, la Paralizia, il Letargo, il mal caduco, lo spasmo, & il tremore.

Quanto poi appartiene all'animo; il vino fa gli huomini loquaci, ingiuuosi, fuorsennati, stupidi homicidiarij, lussuriosi, egli corrompe la mente, risolue l'animo, e distrugge le potenze animali, e naturali: e se l'vbbriachezza si frequenta, apporta molte lesioni al corpo humano. Di souerchio, e dishonesto beuitore fù notato Alessandro, e più volte ripreso da Androcide, con queste parole ricordati ò Rè, che quando tu beui il vino, tu beui il sangue della terra: ma egli poco curando queste monitioni, spesse volte per il troppo bere, dormiuua due giorni intieri, onde diuenne prouerbio, e fanola delle genti. E Claudio Tiberio Nerone per il troppo bere, fù chiamato Claudius Biberius Nero. Nel qual senso Bacco, fù nominato inuerecondo, armigero fulmineo, insano, audace,

V u 3

marito

678 REGOLE DELLA SANITÀ.

marito, belligero, effeminato, mezzo huomo è du-
 volte nato. Et il vino obliuioſo, e ſtuante, feruido
 fumante, ſchiumoſo. & ebrio, inſano, e giocoſo, &
 ignigero. Percioche olue che eſtingue il lume del
 l'anima rationale, molte volte è cagione di morte ſu-
 bitanea percioche il vino in alcuni ſtomachi ſi cōuer-
 te in colera, & in altri puro aceto: e l'vno e l'altro
 grandiffimo male. E quando l'huomo è vbbriaco,
 come vna naue, che ſta in mezzo il mare ſenza go-
 uerno. Pure ſel'huomo voleſſe alcuna volta, ò per
 compagnia, ò per delitia, ò per ſenſualità bere vn po-
 co più del ſuo ordinario, auertiſca in quel paſto d
 mangiar poco, attioche la quantità del vino non por-
 taſſe il molto cibo indigeſto per le vene, e la molti-
 quantità del cibo non ritardaffe il paſſaggio al vino,
 il quale con queſta occaſione ſermandoſi nello ſtoma-
 co, mandarebbe gran copia di fumi alla teſta, e po-
 trebbe cauſare alcuni di quei mali effetti: che ſi ſon-
 detti di ſopra.

Di più non ſi ponghino cibi Diuretici nelle viuian-
 de, ne ſi mägino coſe dolci; mà coſe amare, come amā-
 dole. I caudoli nel paſto ſono ottimi contra i nocumen-
 ti del vino, e dopò il paſto, l' uſo delle cotogne, delle co-
 tognate, de i grani di moricella, e di tutte l'altre coſe
 aſtringenti, è molto à propoſito per queſto effetto. Hor
 perche gli è coſa impoſſibile che di tutti vini parti-
 colarmente ſi poſſa trattare, io mi r ſtrigo à queſti
 ſei capi generali, che nel ſi guente ſcoglio con l'ordine
 diuiſino ſi contengono.

Effetti del be-
 re freſco.

Il beue freſco nacque dalla neceſſità della natura,
 la quale attioche ſi facceſſe, vi poſe molto diletto ſi co-
 me parimete veggiamo, cō ella poſe grandiffimo pia-
 cere nell'atto del coito, a fine che ſi facceſſe per la mol-
 tiplicatio;

REGOLE DELLA SANITA. 679

tiplicazione della specie. Diremo adunque, ch'essendo nel bere fresco gusto grandissimo, b' sogna, ch'egli sia anco grandemente necessario à gli animali, massime à i corpi humani. Per l'intelligenza del che, è da sapere, che l'nostro calore naturale hà due potentissimi inimici: L'vno de quali è souerchio freddo, estinguen- dolo, lo supuera; e l'altro è il troppo caldo esteriore, che lo diminuisce, e lo risolue gagliardamente: ò sia per la stagione della state fuor di modo calda, ò per la ragione di natura ardente, ò per gli essercitij fatti con troppo violenza, le quali cose si come hanno forza d'infiammare, così ancora sono molto potenti à risolvere, & indebolire il calor naturale. Hor accioche egli si possa riunire in se stesso, e farsi forte contra la forza di questo gran nemico, gl'è necessario, che se gli porga aiuto di assai freddo, co'l beneficio del quale per Antiperistasi acquisti le forze perdute: poiche per esperienza si vede, che l'istesso naturale calore dal bere caldo esala, e risolue: s'indebolisce lo stomaco, si guasta la digestion, ascendono i vapori, e stupefanno i sensi. E se il caldo dell'aria della stagione e della regione sarà poco, conueniente cosa sarà, che l'rinfrascamento poco sia, ma se sarà molto, bisogna, ch'ancora il rinfrascamento sia molto, poiche il rinfrascare, non è altro, che temperamento del caldo. E ben si vede, che nell'isola di Sicilia, due i caldi sono eccessivi, e l'acque poco fredde, auanti che si si introducessel'uso della neue, ogn'anno ne' tempi della state moriuo gran quantità di persone di febri pestilentiali, causate da opilationi fatte nelle prime vene, per la mala digestion causata dal bere caldo: e poiche la neue cominciò ad adoperarsi, che sono hora circa 20. anni, sono cessate le febri pestilifere.

V u 4

e par-

e particolarmente nella Città di Messina s'è offeruato, ch'ogn'anno adesso vi muoiono mille persone meno di quello, che faceua prima dell'uso della neue, & hora ogni pouero artigiano vuole pane, vino, e neue. Fù questo ancora necessario il bere fresco per questo altro rispetto, che deuendosi bagnare dentro il corpo, per ristorare quelle humidità, che si risoluono, & essendo l'humidità, qualità passiva, che poco, ò nessuna attione per sua natura imprime, & opera conueniua, ch'ella fosse accompagnata, portata, & aiutata da una qualità attiva, e potente; non dal caldo, che consuma l'humidità, mà dal freddo, che la conserva, e con la sua attitudine porta al corpo in vn tempo giouamento, e diletto, e la fa penetrare con prestezza, si che ogni parte ne senta beneficio quanto gli conuiene. E però per natura si appetisce prima l'acqua fredda, perche è fredda, & humida: secondo il vino freddo, che oltre il freddo, & humido, nutrisce, & è soaue: ultimamente si bramano i frutti freddi, perche ricreano il calore naturale, e pare ch'insieme si beua, e si mangi: Onde conchiuderemo, che'l bere fresco conforta tutte le virtù nelle loro operationi egualmente, cioè l'Attrattina, la Ritentina, l'Alteratiua, e l'Espulsua, e fortifica di modo tutti i membri interni, che non lascia accostarsi in nessuna sorte d'humori corrotti, anzi gagliardamente li ributta dal centro alla circonferenza. Et in somma il bere fresco leua, e sgombra i fumi, & i vapori caliginosi, che per il souerchio caldo dell'aria sono moltiplicati, e raccolti intorno al cuore, & in vn certo modo lo soffocano dell'istessa maniera, che vn vento fresco caccia la folta, & oscura nebbia, che in qualche valle per il freddo della notte si sia congregata, & condensata. Rinfrescarsi

REGOLE DELLA SANITA. 681

fréscarsi il vino, e l'acqua all'aria della notte, & à i venti freddi, secondo i costumi de gli Egiti: & questo è buonissimo, & sanissimo modo: perche l'aria, come sottile, non ritiene in se grossezza, ne terrestrità: mà il male è, che ne' maggiori bisogni della state questi venti non spirano. Rinfresca si ne pozzi, ilche pur è buono, pur che i vasi stiano sopra l'acqua due palmi, acciuche partecipino la freddezza dell'acqua impressa nell'aria, e non quella dell'acqua istessa. Usano anco il salnitro i nauiganti, mà fa poco effetto; ne per altro raffredda. se non che per il violento moto, le parti dell'acqua ridotte dal centro alla circonferenza, rinfrescano l'aria, & i corpi circostanti: perche l'aria riscalda le parti superficiali dell'acqua: come si vede in vna caraffa di vino molto agitata nell'acqua, il qual modo, si dice arrostire il vino. L'ultimo modo di rinfrescare, e la neue, il qual modo è molto lodato, purché la sostanza d'essa neue non entri nella cosa che si beve, mà raffreddandola per contatto fa buono effetto, perche essendo la neue, aria congelata, e più leggiera che l'acqua, sopra la quale stà à gala, chiara cosa è, che raffredderà senza nocumeno veruno: & ben si vede, che delle neui disfatte, si fanno i fiumi, de' quali beuono i contadini senza danno.

Che la neue cacci fuori gl'humori tristi, e corrotti dal centro alla circonferenza, si fa chiaro dall'esperienza, che nelle tazze, e bicchieri di vetro pieni di vino, o d'acqua agghiacciata si vede, che in vn tratto dalla freddezza del liquore sopraggiunti, mandano fuori del panno, che à gl'occhi de' riguardanti gran contento di estrema freddezza rappresenta. Nel che non posso lasciar d'annettere con questa bella occasione.

sione ciascuno, che se ben il gran freddo è cagione, che nella circonferenza della tazza questo panno così evidentemente si scuopra, nondimeno ogni volta che ella sarà diligentemente lauata, e netta, detta oscurità, o panno non si vedrà giamai. E questo voglio, che ogn' uno creda all'esperienza mia, Et ch' i Bottiglieri da me auuertiti, come curiosi, lauino più d' una volta le tazze con acqua, e poi con ceneri, e finalmente con aceto, che all' hora non bastarano ne ghiaccio, ne cosa più fredda (se pur si troua) ad oscurarle, ne ad appanarle. Da tutto questo rag onamento voglio, che si cauino queste due verissime conclusioni; La prima è, che se il corpo humano sarà libero, netto, senza humori superchi, all' hora il bere fresco lo conseruare nel pristino stato suo à guisa della tazza ben purificata, e fortificarà le virtù, Et i membri interni, come s' è detto. Ma s' egli (come per il più auuenir suole) si trouerà di humidità ripieno, all' hora il bere fresco con la sua forza cacciando alla circonferenza quello, che nel corpo come inutile sopraabonda, uerrà à mantenere i membri principali nel suo vigore, Et à fortificarli contra l' impeto d' ogni futura corrottione, e malignità d' humori. Hora questo bere fresco nuoce à gli otiosi, à chi non l' hà per consuetudine, à chi è opilato, à gl' infermi, à chi è mal complessionato, à putti, à vecchi, à deboli di stomaco, Et à chi usa molto il coito. Ma gioia à gl' huomini affaticati ne' negotij, à chi va per viaggio la state, Et à questi si dan lor' i frutti, che rinfreschino, se ben non sono di buona qualità. Nuoce anco il bere fresco à gl' Astmatici, Et à tutte gl' infermità del petto, à' nerui, e così à po fa venire graui infermità à chi nō ci è auerzo.

Chi

REGOLE DELLA SANITA. 683

Chi vuol bere fresco, auuerta di mangiar' assai, prima che beua, e particolarmente menestre, ò buon brodi caldi, fatti con herbe odorifere, e con canella, ò pepe, accioche lo stomaco da queste cose riscaldato, faccia tanto maggior resistenza alla freschezza del bere, accioche il freddo non nuoca allo stomaco, & beua poco per volta, che gli sarà di maggior gusto, & di più profitto. Il bere fresco in somma gioua à coloro, che sono sanguigni, carnosi, & molto essercitati di animo, & di corpo, et in particolare à quelli che sono di temperamento caldo, e secco; quando che si trouano da qualche agitatione straordinaria, e dall'arsura del calor estiuo oppressi; par che il fresco co'l ghiaccio gl'apporti refrigerio grandissimo, e egli sij (com'è) di gran giouamento.

ALTRA GIONTA, DOVE tratta de molti cibi vsati, in molte altre parti, e specialmēte nell'Indie Orientali, & Occidentali.

SE ben habbiamo già fatto mētionē della Noce d'India: noce d'India nel cap. della Salvia, nientedimēdo per sodisfar a' curiosi, diremo qui ancora per supplemēto d'essa alcuna cosa, cenciosia che non vi si ritroui ne albero, ne frutto che poi tanto giouamento al'huomo, quanto è quello che fa questa noce, nomadata palma Elephantis dall'Arista; per che di quest'albero ne fabricano case, e navi con tutte le cose necessarie per esse; ma

ma perche noi trattiamo solamente de' cibi; perciò tralasciamo l'altre cose, che si cauano da esso. Dicono, che quando sponta il frutto, ch'è ancor tenerello, sfoliato della prima scorza verde inanti che negreggia, hà sapor di Carchioffo, & altri dicono de Cefaglioni, & essendo l'arbor più antico fa detti Cefaglioni più teneri, & quando s'indurisce hà sapor del nostro cardo.

La medolla, che sta appresso alla scorza tenera, è dolce; & contiene in se gran quantità d'acqua limpida, chiara, qual refrigerata alla serena, si bene per refrigerar il fegato, & reni.

Purga la materia purulenta per l'urina. Questa si conserva lungo tempo nella sua noce verde, & si chiama Laña. Quando è indurata questa noce l'acqua non è dolce; ma alcune volte acida, & si chiama all'hor a la noce elaur.

Quando è vecchia s'indurisce, quest'acqua in una rotonda sostanza alla somiglianza d'un pomo, è bianca, spongiosa, lingiera, & di sapor dolce.

La medolla fresca si mangia sola, o con la iagra, cioè zuccaro fatto della Sura, o vero con l'Auella, polmento fatto de riso cotto nell'acqua, e poi trita è ben seccata al Sole.

Si mangia ancor con un certo pesce seccato al fumo, portato da Nalediua, chiamato Comalamasà, & è buon condimento per beuer bene.

Se ne fa ancor di questa medolla, latte, come facciamo noi delle Amandole, per condimento d'altri cibi.

Si fa seccar ancor al Sole questa medolla, & s'usa come fanno in Europa le castagne.

Il frequente suo uso genera vermi: si fanno delle
scorze

REGOLE DELLA SANITA. 685

scorze più dure vasi da beuer dietro, à quali tēgon vn pezzo della medolla attaccato, hà vna catenella, qual si mette dietro al vaso. Et credono, che sij buono contro veneni, Et specialmente del Cocco di Naledina, è tenuto in conto appresso à Prencipi.

Il liquor, che stilla da' branchi tagliati, si chiama Suram, Et lo distillano, Et ne cauano acqua vita chiamata Fula, Et questa è la parte più pura, e la impura la chiamano Orraca.

La Surainanti, che sij cotta mettendola al Sole, si conuerte in aceto forte. Stillata la prima acqua dell'albero, la seconda che viene seccata al Sole, ò al fuoco, se ne fa zuccaro, chiamato d' Indiani Iagra. Vengono in Malauar, Et i più preciosi sono quelli di Naledina.

Nella China vsano ancora la radice di China cot. China, ta, quando è tenera con le carni.

L' Agalloco s' vsa ancora non solo per suffimenti; mà ancor la poluer in molti contimenti d' Orientali, Et Simeon Sethi le numera nel trattato de' cibi, Et ne fa 10. specie. Noi l' vsiamo in poluere per confortar lo stomaco, Et cuore.

Il Sandalo rosso, si mette d' alcuni ne' persuti di porco per darli colore, Et contempera la loro carne.

La Camphora si mescola con l' Areca, Et altri cibi, Et si fa fredda.

Il frutio della Musa dell' Africa, è della grandezza d' vn piccol cocomero, Et gialdegia: quando è maturo è vestito di vna scorza, come il fico, Et se li leua tal scorza, come à esso: hà la polpa dentro simile al pepone, senza osso, e seme.

Quando si comincia mangiare non gusta troppo; mà si va gustando per il suo longo uso, per il qual nõ si può

686 REGOLE DELLA SANITA.

Si può l'huomo poi satiar d'esso, & il suo troppo uso nuoce allo stomaco, & genera ostruizioni al fegato, come dice Serapione; è caldo nel primo, & humido nel fine d'esso.

Nutrisce poco: refrigera il petto, polmone, & leua l'ardor dell'urina.

Lubrica il corpo, nutrisce il fetto, incita venere, & prouoca l'orina.

Il suo antidoto è il zenzer verde condito, l'acqua mellata, & l'ossimele.

V'è poi la Musa pacouera del Theuet, qual vien in Malauar, è suauissima conseruata, come facciamo noi l'vne, & è di buon nutrimento.

Recita l'istesso Autore d'un frutto, quasi simile, qual viene nel Catayo, chiamato phoël, & d'alcuni fico di Pharaone, che oltre le predette doti dice, che mitiga la sete, & l'ardor della febre ardente.

Manga.

La Manga è vn frutto simile al persico, che nasce in Malauar, quando non è maturo hà la scorza verde, & nell'Agoſto quando è maturo douenta giallo, e splendente, di sapor di brugne, & di melleo sapore. Si condisce col zuccaro: alcune volte con l'aceto, oglio & sale, et vn poco di zēzero, ò vero si māgia come il persico, co'l vino: è freddo, e humido di natura del pſico.

Il Guanabus è di grandezza d'un melone: la carne di dentro è biāca, dolce come il latte coaguato i semi come fagioli, la polpa è delicatissima, & si risolue in bocca, come fà il cremor del latte: è di qualità freddo, buono per l'estate, questo dice l'Ouiedo.

Mamei.

Nell'Isola Spagnuola, nasce il frutto del Mamei grosso, come sono due pugni, con vna scorza fulua, & vn poco aspra, & è frutto soauissimo al gusto: hà vno, & tal volta due, ò tre nuclei distinti con vna coperta

REGOLE DELLA SANITA. 687

perta sottile, alla sembianza d'un acino, quali depilati rappresentano il color di castagna, in tutto eccetto nel sapore; ma l'interior dell'acino ha l'amarezza del fiele, et è coperto cō vna piccola tunicula delicata & la polpa, che stà nel mezzo di queste membrane, ha il sapor del persico duracino.

Il frutto Guyaba rappresenta la figura d'un pomo, con la scorza simile al pero moscatello, & ha la polpa distinta in quattro parti, & v'è ne sono de domestici, & seluatici di varij colori, & forma.

Il frutto è soaue al gusto, di facil digestione, vtile à gli profluuij del ventre; perche astringe, specialmente vn poco maturo.

Scrue il Pigafetta, che nella China vengono certi frutti non minori d'Argurie, d'un arbor domandato Brusathaër.

In Malauar v'è ancor il frutto celebre, chiamato Cachi. Ciccara longo vn piede, & grosso come la coscia humana: di peso incredibile: il color della scorza è primieramente verde, & quando è maturo vien di color luteo negreggiante: è di sostanza alquanto ferma; ma comprimendola cede: presto douenia rugoso, ha forma d'vna noce d'un pino, dentro è pieno di camere destitute con vna membrana, come è il granato: la polpa è d'odor soaue: il sapore della polpa è misto di melone muschiato, persico, e dolce aranzo.

Dentro vi sono 200. ò. 300. ò. 500. pomi, di forma di fico, come ancor di dolcezza.

Dentro à questi pomi, v'è vn frutto simile à vna castagna, qual crepita come essa, & è buono à mangiare. Esce dal tronco il frutto, trà le spine, e frondi, come il sicomoro: come ancor sotto-terra dalle radici, qual se da à i Rè.

si co-

688 REGOLE DELLA SANITA.

Si coglie nel mese di Dicembre : vedi Ludouico di Bologna.

Corcopal.

Scrue il prefato ancora , che il melone Corcopal nasce d'vn arbor di grãdezza d'vn codogno: & hà la figura d'vn melone, & similmente solcato: Dentro vi sono tre, ò quattro grani simili à vn acino d'vua, di sapor di cerasse acide. Qual dice il Theuet, che purga i cattiuu humori per abbasso à gl'infermi.

Il Durian nasce nella Sumatra, di grossezza d'vna Anguria, con la scorza verde & dentro le sue viscere, vi sono cinque frutti simili à gli arantij; mà più longhi, di sapor di soauissimo butiro.

Dicono ancora d'vn altro frutto, chiamato Carcopal Camoligi maggior d'vn piede e mezzo, di color di zucca, la polpa è chiamata da Spagnuoli Carabassada, è miglior, e più saprita che'l cedro.

Vuolgar è per tutta l'India Occidentale, il frutto chiamato Guayauas, si mangia purgato dalla prima scorza, di gusto assai grato, sano, & facile al digerire. Quando è verde, & immaturo astringe; mà essendo maturo lubrica il corpo, vedi Guyaba.

Betre.

Nell'India Orientale non mangiano cibo alcuno, che dopò esso non mangino il Betre, dicendo che detti cibi gli farian nausea senza esso: Non parlano mai à Rè, ò Prencipe, che prima non habbiano masticato il Betre: le Donne quando vogliono congiogersi con gl'huomini lo mangiano, per allettamento grande alla lasciuia, & tal volta lo mescolano con l'Areca, vedi Areca.

Nell'India Occidentale, cioè nella region del Perù, Canada, & nella Florida Isola, & tutto il continente, trà l'Oceano, & stretto di Magalians, cioè nell'America, & nella region de' Canibali: non v'è cibo

REGOLE DELLA SANITA. 689

cibo più vsitato, che la farina fatta del Manibot, & P'sano con la carne, & pesci, come facciamo noi il pane.

Nel Brasil, & nell'Isola spagnuola vsano l'Igname, Batas, & Agis, & è vna radice di fatterza al Narone, & Rapa, & dura per vn'anno, portandola sù le naui.

Il Batatas vuol il Clusio, che sia l'Arachidna di Theoffrasto: e il Papas d'Indiani, qual hoggidì vengono in Piemonte, vedi Tartuffani.

La più eccellente è quella di Benim, manco nobile è quella, che vien in Manicongo: l'ultima poi è la gialda di somiglianza della Carota gialda.

V'è ancora il Batatas del Clusio di tre sorti, domandati Batades, Camotes, & Amotes, & d'alcuni Aies: hà il Batatas vna radice longa, soane, & tenera: differete solo dal color della scorza esterna da gli altri, & nasce nel nuouo Mòdo, & è in delicie da Spagnuoli: si mangia cruda, & cotta, mondata dalla pelle esteriore, & tagliata in fetucchie, si mangia nel vino, con vn poco d'acqua rosata, e zuccaro.

Il Banguè così chiamato da Persiani, & in Decan, & Asarath da Turchi, l'vsano i grandi, & Capitani in forma di pilole, il seme, & foglie poluerizzate con l'Areca, ò sia Nicciuole d'India verdi, & vn poco d'Opio, mescolando ogni cosa con il zuccaro, & lo pigliano per non sentir la fatica, & per dormire più liberamente: & quando vogliono hauer nel sonno visioni di varie specie, gl'aggiungono di elettissima camfora, di caryoffilli, noce muscata, e macis.

Se pur vogliono esser allegri, giocondi, & più gagliardi nelle cose veneree, ne fanno Lattuario co'l zuccaro, aggiungendoni dell'ambra, e muschio. Que-

X x

sta pian-

sta pianta è quasi simile alla nostra canapa.

Il Sargaço dell' Acoſta, ſi condiſce, e ſi mangia come il fenocchio Marino.

La Granadilla, è frutto quaſi ſimile al noſtro granato; mà ſenza corona, & porta i fiori, come la roſa bianca, ſegnati con ſegni quaſi ſembianti alla paſſion di noſtro Saluatore Gieſù Chriſto.

Il frutto maturo hà certi grani, ſimili al granato, vn poco agri, da quali hà tuolto il nome, & è groſſo come vn' ouo, & è pieno d' vn liquore, qual vien ſorbito con deſiderio da Indiani, & Spagnuoli, & ſe ben ſe ne prenda in quantità mai offende lo ſtomaco. Queſto frutto è giudicato temperato, & è alquanto humido.

La foglia ancor chiamata d' Indiani Cocca, ſi maſtiga, & così la meſcedano con la calcina, fatta delle conchiglie, ò vero conche dell' ſtraga, & ne fanno trochiſi, i quali tengono in bocca, verſandoli in varie parti della bocca, ſino che ſia conſumata tutta la ſua facoltà, & indi ne prendono vn' altro, & così ſenz' altro cibo fanno i loro lunghi viaggi, ſenza mangiare, ne bere, & ſi ſoſtentano le loro forze.

Quando poi ſi vogliono vbbriacarſi, ò vero eſſer rapiti fuor di loro, & alienarſi dalla mente, meſcolano inſieme delle foglie del tabaco, & così la ſorbiscono, come dice il Monardes.

I Barbari Americani dicono, che altre volte mangiauano herbe, radici ſeluatiche, come fanno le beſtie; mà che Charibe Profeta, diede à vna figliuola la radice Hetich ſimile alla Rapa longa, qual ſi mangia in luogo di pane, & di più dicono che gli moſtrò il modo di uſarla, & di coltinarla: come diciamo noi di Cerere, che fù inuentrice del grano.

Di

REGOLE DELLA SANITA. 691

Di marauigliosa eccellenza, e bontà, è l' *Ananas*, il cui frutto d' *Americani* si chiama *Nanà*, e specialmente da *Brasiliani*, è di grossezza d' vn cedriuolo, & di tanta soauità, e dolcezza, che supera ogni sorte di zuccaro. Quando non è maturo, è tanto insoane, che ulcera la bocca, & a noi si porta condito, come è quello che fù portato dall' Eccellentissimo Signor Conte Don Antonio di Scarnafis à S. A. dell' anno 1616. di fattezze simile hà vna pigna, e di color giallo, verdeggiante, d' odor simile à persicci codognini.

Questo v'è di tre specie. Il più celebrè è la *Tayama*, & hà la carne, che tira al color fuluo, di gusto dolce, e soaue.

La seconda, si chiama *Boniamà*, & hà la carne bianca, di gusto dolce, & vn certo modo fattuo.

La terza si chiama *Tayagua*, & hà la carne bianca, di gusto vinoso, m. à acido, e acerbo. Dicono che l' *Ananas*, è spasso di cerie sottilissime fibre, quali non offendono il palato nel masticarlo; m. à si ben le gingiue, vsandolo longo tempo.

Vn simile frutto dice hauer veduto il Theuet in vna Isola dell' Indie, di simil fatezza, e sapore; m. à che nasce sopra certi alberi simili al moro, & si chiama detto frutto *Melenken*.

V'è poi l' *Ananas* brauo, di fatezza d' vn gran melone, di color rosso, & elegante al vederlo simile alla prima vista, hà vna pigna; ò noce di cypresso.

I fiori, ò capitelli teneri dell' arbor si mangiano.

L' *Areca*, ò sia *Faufel*, ò *Auellana* d' India, è vn *Areca faufel*. frutto quasi simile alla noce moscata, qual è in frequente vso appresso gli Spagnuoli, che habitano nell' Oriente, & nasce in Malauar in copia: si loda an-

X x 2

cor quel-

698 REGOLE DELLA SANITA'

cor quello che nasce in Mombaim Isola, come ancor quella della region detta Bacain: si biasma quel di Gauchim; per esser piccolo, negro e duro dopo esser seccato, & nasce ancor in molti altri luoghi: questo frutto è mangiato da Mauritanì, & da' Moàliti, gente Mahometana, che seguitano la dottrina d'Halij, & mangiano l'Areca con il Cardamomo. ne' giorni di digiuno, ne' quali v'è vietato dalla loro legge il mangiar il Betre, & l'Areca col Cardamomo: gli purga lo stomaco, & il ceruello: Serapione d'autorità d'Isaac, vuol che scaldi vn poco; per esser partecipe d'alquanta amarezza.

Vfo.

Isaac,

Garçias dice di non hauer potuto contemplar alcuna calidità in esso; mà se ben con la sua insipidità, hauer ancor astringitoria facoltà, ilche confirmò poi Serapione, così dicendo frigidum esse, ac siccum, atque adstringens: ob id aduersus calidos morbos valere, doloribus dentium auxiliari, gingiuas, & commotos dentes stabilire: ilche anco afferma Auicenna. Questo frutto immaturo, come dice il Garçias, è stupefattiuo, & vbbriaca. Laonde è così mangiato d'alcuni per non sentir dolore: si mangia tal volta mescolato, con il Betre qual è caldo, e secco, & tal volta con il Litio, & l'vn e l'altro conferma le gengiue, ferma i denti, conforta lo stomaco, & è vtile alla reietion del sangue, vomito, & flussi del vètre: si mescola l'Areca, à co' i betre senza neruo, & Litio, & si mastiga, gettando via la prima salina, qual è cruenta, & così masticandola confirmano i denti, le gengiue, & purga il ceruello.

Garçias.

Virtù.

De gli grandi ne fanno pastilli col Faufel, lycio, camphora, legno aloë, & ambra, & gli mastigano. L'acqua distillata dice il Garçias, è buona al profluvio cole.

REGOLE DELLA SANITA. 693

Mo colerico del ventre. Sotto al Faufel depingono varie specie d'auellane d'India, il Mathioli, & il Clusio.

Il frutti della Moringa, chiamati da Turchi Morvian, sono simili all'eruo, verdeggianti, & molto teneri: ma di sapor più acri, che non sono le loro foglie, & si mangiano cotti con le carni, o accommodati in altri modi, & si vendono in quei paesi, come fanno in Spagna le faue.

La radice di questo albero ha le virtù dell'Unicorno, & della pietra Bezaar, & l'usano i Paesani in vece di tiriaca, ne' morsi d'animali venenati.

La Persea, come scriue Galeno nel secodo de Aliment. è vn frutto, qual è nociuo appo à Persiani; ma trasportato nell'Egitto è buono per alimento, non altrimenti che sono à noi le pera, & sono ancora quasi di simil fatezza, e grossezza, & Galeno dice non hauer mai visto la Persea, eccetto nell'Alessandria, laonde si deue conchiuder esser pianta d' tutto differente dal nostro persico.

Il che afferma Plinio nel lib. 17. cap. 13. se ben il Nicandro confonda questo frutto co' l persico.

Il Clusio ne dipinge vna specie, qual dice hauer veduta nelli giardini delle Monache della Beata Vergine in Valenza, venuta dall'America, simile ha vn pero quando è maturo, con vn nucleo dentro di forma d'vn cuore, & è di sapor di castagna, o non dissimile alle amandole. Quando è immaturo, è simile al pruno: douenta negro quando è maturo, & è di giocondissimo sapore.

S'usa ancora de gl' Arabi vn frutto simile à Carandri, chiamato Mungo, grande come l'orobo, il quale senza scorza, la cuoceno come il riso alli ammalati: in Guzarate, & in Decan, fanno star sobri suoi

X x 3

ammati

amalatip per molti giorni, e poi gli danno il decotto del mungo, & indi alquanti giorni appresso, gli danno il pane.

Dicono, che nasce ancora nella Palestina,

Buna.

E'è poi vn' altro frutto in Alessandria quasi simile, qual si chiama Buna, & se ne fa vna beuàda, qual mediocrementè refrigera.

Opontia.

Il fico d' India, ò vero dell' Opontia, ò sia Tune d' Indiani, è pieno d' vn sugo rosso, e mangiandone in quantità fa l' orina Cruenta, & è di gusto poco soaue: perciò pare, che questo fico s'ij differente da quel di Theophrasto, qual scriue nel primo lib. di sua hist. cap. 11. che l' Opontia, è soaue al mangiarla, come ancora recita Plinio nel lib. 21. cap. 17. opuntia est herba etiam homini dulcis.

Le foglie dell' Opontia Indiana, applicata sopra gli ossi rotti, prima situati al suo luogo, gli conglutina in pochi giorni; perciò è chiamata d' alcuni Ostocollus.

Molle.

De' rami del Molle, se ne fa stecchi buoniissimi, per neteggiar gli denti, & del frutto se ne fa vna beuanda, cuocendolo nell' acqua secòdo la loro arte, & se ne fa vino, ò aceto, ò melle, & è tenuto in prezzo, e questi alberi l' Indiani gli consecrano a' loro Idoli.

Durioni.

Nascono i Durioni in Malaya nell' India orièntale, & sono frutti di gratissimo sapore, e di giocondo odore, & cibo vsitatissimo in Malaca.

Questo frutto è di grandezza d' vn melone, circondato d' vna dura scorza, con breui, porgenti, & horride spine, di color verde, distinto in quattro parti, & concamerato di dentro, nelle quali vistsano tre, o quattro frutti bianchi; per ogni concameratione, della grossezza d' vn' ouo, di forma della gras-

scorza

REGOLE DELLA SANITA. 695

jezza del latte, di gusto soave, e odorato alla sembianza del biancomangiare; ma non così glutinoso: si biasma quando è gialdeggiate; perche ò che è corrotto, ò vero hà patito ingiuria d'aria, ò d'acqua.

Si loda quando ogni cōcamerazione, hà tre, ò quattro frutti, & non più: hà dentro vn nucleo, come l'amandola; mà più longo, di sapor insipido, che esaspera la lingua, come fanno le Nespole immature.

Questo frutto è caldo, & humido. Quando si vuol mangiare si rompe con i piedi, per causa delle spine. Quegli che mai hanno gustato questo cibo, nel primo impeto pare, che senta l'odor di cipolle marze; mà dopò hauerlo mągiato, lo giudicano di buono, & grato sapore.

E giudicato da golosi, che l'huomo mai si possa render satolo, con l'uso di q̃sto cibo: è di vil prezzo in Malacha, nel mese di Giugno, Luglio, & Agosto.

E ancor cosa di marauiglia, che questo frutto hà tanta sympathia con il betele: che mettendo delle foglie d'eso in vna naue, ò stanza piena di Durioni gli fa corromper, & marzar tutti: ancora mangiandone alcune volte in quantità fa infiammar lo stomaco, & ancora lo graua: mettendoui sopra d'eso delle predette foglie, subito si leua la infiammagione, & il tumore. Mangiando ancora dette foglie con i Durioni non fanno alcun nocumento; perciò come ancor per il soave gusto, il Volgo dice, che nespun si può satiarfi dal suo uso.

La laca, ò Panax nasce in Malabar, grossa come vna gran zucca, & ancor maggiore: se ben che nasce ancor in Goa; se però minore, & più cattina.

Quando questo frutto è maturo, spira di buon'odore, & è di due differenze: l'vno si domanda Barca,

X x 4

& è

656 REGOLE DELLA SANITA.

È il migliore, & l'altro Papa, sò Girasol, & è mēto buono, & il maggior prezzo di questo frutto sono 40. Maranedis di Castiglia; si taglia questo frutto per lungo, & è bianco, con vna carne soda, dinisa in casele, ò reccettacoli pieni di castagne lōge, è più grosso de' dattili: coperti d'vna sottil tunica, & dentro bianco, come le volgari castagne, di gusto terrestre, & aspero: mangiandolo verde, genera molti flati: mād cuocendolo come si fanno le castagne di Spagna; sarà di guslo saporito, & eccita venere; perciò vien vsato dalla plebe.

Barca.

Di grato sapor è la laca, cognominata Barca, & hà la polpa simile al ottimo melone: nientedimeno è di dura digestione, & graua grandemente lo stomaco; & dicono i Medici di quei paesi, che quando si corrompe nello stomaco, genera nocini, & venenati humori; e quelli che vsano assai di questo frutto, cascano facilmente in quel pestifero male, chiamato morxi, & hà sapor del cardo; mād è di poco nutrimento.

Il frutto è austero, astringente, & non troppo grazio al palato. La pianta tutta sino alla radice, è tutta piena di sugo, qual preso al peso di oncie sei, co'l zuccaro, ò vero oncie otto di buon mattino, si giudica rimedio buonissimo, e certissimo per lo calor del fegato, & reni, & alle vlcere d'essi: gioua alle vrine purellenti, & alla scoriatione del membro virile, & la maggior parte gli guarisce in tre giorni.

Carambolai.

Gratissimi al sapore sono le Carambolas dell' Atoſta, che vengono in Canaria: frutti di fatezza simili hà vn' ouo bellissimi à vederli, dinisi in quattro parti, di sapor acetoso, quali conditi nella salmuoia, incitano l'appetito, si vsano ne' cibi, & per vso di medicina, & si danno conditi co'l zuccaro in luogo di sy-

di syropo acetoso: in Canaria ne fanno coliri per mal d'occhi, & le ostetrici li danno con le foglie del Berele, per scacciar le secundine, & il fetto morto.

Il Iambos, o Iamboli de Canarini, sono di due sorti, li primi sono di color rosso oscuro, & gl'altri di color bianco rosseggiante, & li primi di raro han ossa; mà se ben li secondi: sono frutti, che se ben in bontà cedino al sopra scritto, sono nientedimeno degni per il palato delli huomini delicati.

Questi frutti sono di soauissimo odore, che rassomiglia à quello della rosa, è di qualità son freddi, e humidi, è tenerissimi con vna sottil scorza, che cò difficoltà si leua co'l coltello.

L'arbor è sempre cargo de fiori, e noui frutti, se mangiano nel principio del pasto.

I frutti e fiori si condiscono co'l zuccaro: & giouano alle feбри ardenti, & per estinguer la sete.

I frutti chiamati da Portughesi Manēanas del-
l'India, sono simili alle zizole, & portano ancora come esse, secche in altre regioni, & sono astringenti.

L'arbor è sempre cargo di formiche alate, & sù i ramicelli fabricano la Lacca.

Vi sono poi gli Iambolains, frutti simili all'oline mature di Cordoua, & sono astringenti, & contrahono le fauci.

Gli mangiano gl' Indiani co'l riso cotto, & incitano l'appetito.

Vn' altro frutto nasce nell' Indie astringente, simile al color del sorbo, & di sapor del pruno immaturo, & si chiama d' Indiani langomas.

L' ambare nasce in Canaria, d' vn' arbor qual vien grande, con le foglie simili alla noce: fa i fiori bianchi, & i frutti di grossezza d' vna noce, di color verduggiante,

deggiane, & hanno la scorza più sottile: & quando sono ancora verdi, sono di graue odore, & di gusto acerbo: ma mature sono di color flauo, d'odor giocondo, & a' vna acetosità molto grata al gusto; perciò s'usan in luogo di agresta ne cibi: maturi si mangiano co' l sale, & aceto. Incitano l'appetito. Dicono gl' Indiani, che sono buoni contro l'humor colerico.

*Tartufani del
marangon.*

Dicono gli Spagnuoli, che vicino al fiume, chiamato Marangon che nasce in terra, vn frutto come à noi i tartufani, di grossezza d'vn mezzo detto, rotondo, e torzuto, & lauorato con mirabil fatezza, di color spadiceo. con vn nucleo di dentro bianco, che resona quando è secco, simile alla amandola, con la scorza negregiate, & dentro bianca, diuisa in due parti, come l'amandola. E di sapor grato, & simile all'aurelana: si mangia fresco, e secco; ma lo rostiscono, & si mangia alla seconda tanola esicca lo stomaco, & lo corrobora: mangiandone largamente, genera grauezza di testa.

Leucoma.

il frutto chiamato d'Indiani Leucoma, è in tutto simile alle nostre castagne, & è di grato sapore, astringente, & cura i flussi del ventre.

Arcaiou.

Nasce vn frutto nel Brasil chiamato Arcaiou, di grossezza d'vn'ouo d'occa, pieno d'vn sugo, come è il limone: nell'estremità di qsto frutto nasce vn altro frutto, simile all'anacardo; ma di fatezza de' reni di lepre, di color cinereo rossiegiate, & in se cõtiene vna medolla di gusto soaue, qual nō cede a' pistachi, e castagne, & si mangia lingiermente arrostito, & incita venere. La seconda scorza di questo frutto, è spongiosa, piena d'vna materia acre: la qual si deue fuggire.

Cereo spinoso.

Dicono ancora, che il frutto del Cereo spinoso, che non è

REGOLE DELLA SANITA. 699

non è insipido al gusto, & è simile al fico.

Scrue il Theuet, che nel Regno di Benga usano Frutto simile vn'oglio di certi frutti simili a dattili, d'vn'arbor a' dattili, che tinctoria, & detto oglio l'usano per cōdir i cibi, mas fa oglio, sime i pesci, & oriza, & hà il sapor del nostro oglio, & l'odor di viole.

Referisce ancora il Pena, che nella Guinea mangiano in luogo di pane, il nucleo d'vn frutto chiamato Palampinus, di grossezza simile al frutto del cedro, & hà il sapor dellagiande, e castagne.

Palampinus.

Dicono il Theuet, & altri d'vn frutto nell'America, d'vn'albero chiamato Hyuo vrabe, simile a vn pruno, di color d'oro obrizo, il qual hà vn nucleo soane, et delicato p gl'infermi, i quali dal tutto hāno perso l'apetito, & dicono, che questo albero, porta frutti da 15. in 15. anni solamente.

Hyuo, vrabe.

Il vino della palma vinifera del Capo verde, hà virtù di refrigerare, & di leuar la sete, & stilla da quelli alberi forati, & è di color, & consistenza simile al vino bianco di Campagna. Verso il fiume negro: v'è vn frutto simile alla castagna; ma amaro chiamato Gor.

Palma vinifera.

Nell'Isola di Zeilam vi sono i citroni piccioli, con la scorza dolce, e soave.

Vi sono i limoni picciolini dolcissimi: vi sono poi de syluestri limoni piccioli; ma agrissimi nella Siria, Egitto, e Africa: v'è vn'Isola chiamata Aruchet, oue vi nasce vn'albero, dalla cui corteccia uscisse vn frutto piccolo non più grande d'vn coriandro Zuccarato, & di simil grossezza, & si chiama Ambulon.

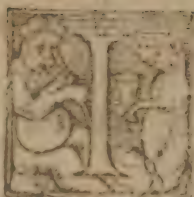
L'ambra, & il muschio si mettono in molte vinda, per sufficar il calor naturale, et per corroborar tutte le facoltà: scaldano nel terzo.

DELLE

DELLE PASSIONI - dell'animo.

Capitolo Vllimo.

*Si deuono con
gradiſſima cu
ra ſchuar le
paſſion dell'a
nimo.*



*Danni ch'a-
porta.*

Nqueſt'vltimo compendio deſcri-
uiamo le paſſioni dell'animo, delle
quali dobbiamo con gradiſſima
cura, e ſolecitudine preſeruarſi, per
citer elieno molto importanti, etali che per
quelle, molti per vn ſemplice timore, ira, ò ve-
ro per vna ſouerchia allegrezza ſono morti: &
auenga che la morte ſij vna delle più terribili, e
ſpauentevoli coſe del Mondo, facilmente per
ſimili paſſioni dell'animo potriano ſopragion-
gere varie, e diuerſe infermità ne i corpi; & an-
co la morte: et laſciando molte ragioni, me-
ne vègo alle eſperienze delli antichi, nelle qua-
li io ritrouo, che molti ſono ſtati curati da ſi-
mili morbi, proceduti da ſouerchi, odio, ira,
allegrezza, & altri ſimili accidenti.

*L'anima no-
ſtra hà ſpiriti
cordiali.*

L'anima noſtra hà certi ſpiriti cordiali, qua-
li la ſeruono per inſtrumento da eſequire le ſue
operationi, e quelli ſpiriti ſono vna guida, vn
condotto, vn vehiculo, delle virtù dell'anima;
per tutto il corpo, e ſecòdo gli diuerſi mouimē-
ti de' gli ſpiriti, ò che ſiano, ouero che procedi-
no dal cuore à gli membri eſteriori, e dalli eſte-
riori membri diuerſe qualità ſ'improntano nel
cuore, da quali reſta alterato da calidità, ò frigi-
dità; per il che ſi vede, che per vn'eſtremo timo-
re, ò triſtezza, ſi raffreddano, e p vn'eſtrema al-
legrezza,

*come ſ'alte-
ran gli ſpiriti*

REGOLE DELLA SANITA. 701

legrezza, e distemperata ira, e furore si riscaldano, e per queste tali ragioni, le passioni dell'anima essendo temperate, ponno conseruare la sanità, e le passioni distemperate ponno indurre, ouero curargli morbi. Volendo dunque l'huomo conseruarsi in sanità, deue trà l'altre passioni fuggire le seguenti, cioè.

L'amore,

L'allegrezza.

Il desiderio.

La speranza.

La compassione.

L'audacia.

L'odio.

La tristitia.

L'abominatione,

La disperatione,

Il timore,

L'ira.

Il furore,

Il tedio.

L'inuidia.

La gelosia.

Et altri simili accidenti, quali honorano, & dishonorano l'anima, de quali non intendo trattarne al presente: mà solo intendo dichiarar quelle cose, che s'aspettano alle parti della filosofia, la quale si amaestra, e tratta di costumi, non perche habbiamo ad imparargli solamente; mà anco da esercitarsi in essi, e per tal esercizio diuentar buoni: tratterò dunque di quelle cose, che hanno da apportarsi, & indur il giouamento, e conseruatione della sanità: così dice Galeno nel suo libro della conseruatione della sanità, che gli buoni costumi dell'animo, si corrompono dalla cattua consuetudine, del mangiare, e beuere, de studij vitiosi, del guardare, sentire, & altri simili. Bisogna dunque, che il Medico che pretende la conseruatione della sanità, faccia ogni sforzo acciò gli buoni costumi dell'animo non si guastino, non come

filoso-

*Il Medico de-
ue procurar
non si guasti
no i buoni co-
stumi.*

filosofo per fare l'huomo virtuoso ; mà come Medico acciò per quelli non gli venghino infermità nel corpo;perche il furore,l'ira,il pianto,la melanconia,e la solitudine continoua,sono cagione,& principio di molte feбри,& altre varie infermità.

Infermità causata dalla passion dell'anima

Dice anco l'istesso Galeno , che gli cattiu costumi , e peruerse consuetudini non possono habitare con la buona sanità , e si sà che l'allegrezza fouerchia,& improuisa,amazza , ouero induce tormento,angoscia,tramortimento, & pazzia,& altre cattive cōdizioni,come ne habbiamo l'esempio di quelle tre fratelli,quali hauendo più volte con singolar virtù combattuto , e con animo heroico decertato ne' giochi Olimpici,e riportata honoratamente la vittoria,con trionfo grande pigliarono l'acquistata corona, e secondo la consuetudine della patria con quella incoronorno il Padre,& egli per la fouerchia allegrezza della vittoria ottenuta da figliuoli,cadè morto à piedi loro.

*Historia.
Allegrezza.*

Historia.

Vna matrona Romana hauea inteso, ch'vn suo figliuolo era stato ucciso in vna battaglia data à Romani appresso Canna , & già hauea celebrate le esequie, tenendolo veramente per morto ritornò il figliuolo à casa all'improuiso abbracciò la madre, & ella per fouerchia allegrezza cadè à terra morta,onde si può veramente dire, che quello che non pote operare il dolore della morte,l'operò la fouerchia allegrezza della vita.

Anima

Per questo si conchiude da filosofi,e si tiene per certo, che l'anima sia principio, e cagione efficiente

REGOLE DELLA SANITA. 703.

efficiente di tutte nostre operationi, & il spiri-
to, e calor naturale, sono instrumēti all'anima
obediente alle sue operationi; conciosia che su-
bito l'oggietto della grande, & intemperata
allegrezza s'appresēt; e il spirito, & il calor na-
turale, velocemente si diffondono, e si spando-
no alli membri esteriori, quali si risolvono, &
s'estirpano: abbandonando il cuore, & altri
membri interiori, impoueriti de spiriti, e del
calore, et all'hor è tanto subita, & inordinata
la resolutione, & spargimento delli spiriti vita-
li, che il cuore, qual è fontana della nostra vita
rimane senza spiriti, & indi soprauiene vna su-
bitanea, & inopinata morte.

Il che mai accade ad alcun huomo forte, e *Huomo forte,
e prudente.*
prudente; perche il sauiο sà che questa nostra,
qual noi dimandiamo vita, è vna morte, & que-
sto Mondo turbulento, e tenebroso labirinto,
è pieno di pericolosi lacci, e d'auellenate lusinghe;
perciò mette il freno all'imperio intellet-
tiuο delle passioni, e de' spiriti, à fine che pre-
sentandosi qualche oggetto d'immoderata al-
legrezza, gli spiriti siano morti da temperati
mouimenti.

Nasce tall'hor vna allegrezza, non subita; ma *Allegrezza
continua.*
continua, & inordinata, & all' hora segue an-
co vna resolutione continua, & dilatatione à
poco, à poco delli spiriti alle cose esteriori, &
così la virtù à poco, à poco si vā debilitando,
finche ne segue la morte, non subito; ma secon-
do gli varij accidenti, e dispositioni del corpo.

La tristezza ouero dolor dell'animo è con- *Tristezza*
traria all'allegrezza, e da esso ne segue tall'hor
subita.

subitanea, & improuisa morte, ouero à poco à poco s'estingue, presentando l'oggietto, ouero nouella che contenga gli spiriti, & il natural calore per l'attristarli, dalli membri esteriori concorrono gli spiriti, & il calor naturale al cuore, & alli membri interiori, abbandonando gli mēbri esteriori quali impoueriti, & abbādōnati dal calor naturale à poco à poco s'estingue.

Alcuna volta ancora è tātō smisurata la tristezza, ch'inordinatamente gli spiriti, ricorrono in vn subito al cuore, & considerando che il cuore è picciolo reccettacolo, p la moltitudine di tanti spiriti, subito restano suffocati, & succede vna subita estrattione della vita nostra; perche l'inordinata tristezza, è non solamente grande, mà anco intēsa: succede tal volta vna rimessa, e continoua suffocatione, della vita nostra; perciò si douemo sforzare di attendere, alle temperate allegrezze, e solazzi, & à questa maniera di viuere allegramente, quanto sia possibile.

*Come si debba
viver con al-
legrezza.*

*Allegrezza
sempera.*

Certamente la temperata allegrezza diffonde, e manda gli spiriti, & il calor naturale alli membri esteriori, e fà il sangue più purificato, & chiaro, fà l'ingegno più acuto, l'intelletto più esperto, e solcito, & fà ancora il calore viuace, e piaceuole a spetto; induce, & escita la virtù di tutto il nostro corpo, & nelle sue operationi, apparecchia maggior agilità, nel mouersi il corpo, & al corso.

*Dāni della tri-
stezza.*

Nondimeno ciascuna tristezza, per quanto s'estende la facoltà sua, da se medesima: mai porta vtilità alcuna al corpo nostro, anzi oltre alle
cole

REGOLE DELLA SANITA. 805

cose fouradette, fa l'intelletto grosso, errante,
genera turbolente sangue, color pallido, & hor-
ribil aspetto, & tutte le virtù induce in vna pi-
gritia rincresceuole; Alcune volte può giouare *Acquietta il*
per accidente acquietado, & smorzando il sin- *singiozzo.*
giozzo, che procede da replettione; perche nel-
la tristezza, ouero nel dolore dell'animo, si vi-
gora il calor naturale, per la retrattione, &
vnione de spiriti, alli membri intrinsecchi, e cō-
suma quelle superfluità nello stomaco, ch'in-
ducono il singiozzo, da questo auuiene che
quelli quali si attristano, ouero hanno ad altri
compassione, ò si ricordano d'alcuna cosa tri-
sta, ò sono molto intenti alli pensieri, d'onde il
calor s'vnisca di dētro, mai gli verrà il singioz-
zo, come dirò nel seguente trattato del timore.

S'a caso auuenisse, che per vna falace, & im-
pellente fortuna di cose nuoue, tediose, & rin- *Tristezza da*
cresceuoli, entrassero nell'animo, ouero in *cose contra la*
qualche modo si presentassero oggetti tristabi- *buona fortuna*
li, bisogna fare grande sforzo per conseruatio-
ne della sanità, & con animo forte, e virille pre-
seruarsi dalle impressioni tristabili, acciò non
s'imprimano nella mente.

Deue ancor l'attristato conseruarsi l'amici,
e beneuoli, con gli quali comunicandogli le
sue aduersità, & oggetti, possa con tal maniera
sfogare, & alleggerire il petto.

Auuiene anco che molti, per grāde desiderio
di riputare, ò vero perouerchio amore, che
portano a figliuoli, ò amici, ò per il smisurato
affetto d'altre cose, diuentano mezzipazzi, &
infermi; Ma le specie della pazzia sono varie, e *Pazzia.*
Y y diuerse

806 REGOLE DELLA SANITA'

Odio.

diuerse, & infinite, l'odio è contrario all'amore, e da quello, per il concorso del calore intrinseco, ne segue quasi ogni cattiuo accidente come habbiamo narrato nel capiolo della tristezza. Ogn'vno dunque si deue guardare dall'odio, e con ogni diligente studio, come sopra habbiamo detto della tristezza, solamente li virtij dobbiamo hauere in odio; perche da questo ne segue l'amore alle virtù, & per conseguenza la naturale allegrezza, quale diceuamo essere tanto vtile alla sanità.

Come si genera l'amore.

Abominazione.

Al temperato, & honesto amore delle cose, noi dobbiamo accostarci quanto sia possibile; perche l'amore è principio di molte bone virtù dell'animo, & d'ogni allegrezza, & è di grande aiuto per conseruare la sanità; perche noi primieramente amiamo quelle cose, quali crediamo siano buone, indi ne segue il desiderio d'esse, & la sollecitudine di hauerle, e finalmente nell'uso di quelle co'l mezzo dell'amore, ne succede la dilettectione, & così egualmente, hauemo in odio la cosa, quale vediamo essere mala, da quello poi succede l'abominatione, e finalmente se la cosa viene in odio ne segue la tristitia, & il dolor dell'animo: onde per le suddette cose sarà manifesto, che secondo il debito, e moderato amore, si debba proportionare il desiderio della cosa, & secondo l'immoderato odio, che tu hai delle cose, che ti nuoceno, deue essere l'abominatione di quelle. Dall'immoderato dunque desiderio, & dall'immoderata abominatione, quale al desiderio è contraria, e da guardarci; perche da quelle nascono

RÈGOLE DELLA SANITÀ. 807

fcono molti accidenti, simili à quelli, che seguono dalla tristitia. Il smisurato desiderio fa, *Desiderio.* che l'huomo resti priuo tal volta della desiderata cosa, & cada in grandetristitia, quale è grandemente contraria alla sanità.

Il simile ancor auuiene per la smisurata abhominazione, quando succede l'euento della cosa odiata. Perciò sarà molto gioueuole per conseruare la sanità, d'astenersi dall'immoderata speranza, come ancor dalla desperatione: *Speranza.* la speranza adunque drizza il suo oggetto circa le cose d'auuenire ardue, buone, e possibili; perche la speranza delli mali d'auuenire, non si chiamá speranza, mà timore. Per questo il pensiero, e la fantasia dell'huomo discreto, e prudente, mai si dourebbe indirizzare à cose impossibili, ne tampoco a quelle cose, che nõ ponno auuenire, secondo il giuditio della ragione, ne à simili fintioni, & imaginationi dell'animo; quali oltre che retraheno l'huomo da gli proprij commodi, e da gli buoni pensieri, impediscono anco la sanità del corpo, conciosia che riducendol'huomo in se la ragione, conosce la cosa da se sperata impossibile, d'onde ne segue poi il dolore dell'animo, e la tristezza, quale tanto farà grande, quanto la premeditatione fù intensa, & affissa circa la cosa sperata.

N'habbiamo l'esempio de beni di fortuna, *Beni di fortuna.* quali hanno d'auuenire, e sperare si deuono cõ dritto, e ragione uole giuditio senza disperarsi; *Disperations.* perche dalla desperatione, qualche solazzo, ò piacere secõdo l'espediente materia retraheno l'animo del patiente, ò pefando gli giochi del-

Y y 2 la for:

la fortuna non esser noui, mà antichi, non esser partiali; mà indifferenti à gl'huomini Illustri, e grandi, & à poveri, e vili, ò parangonandosi à qlli che sono in maggior miseria, & amarezza, ò considerado, che simili accidenti sono da Dio permessi per nostro beneficio, e perciò lo dobbiamo ringratiare, & essere patienti.

Pazienza.

Essempio.

La pazienza è vno delli migliori, e più lodeuoli rimedij, che trouar si possono per alleggerire ogni dolore; perche in essa si vede, che la ragione vince il senso, & certamente colui, ò che sarà vn pazzo, ouero vn Dio, se nō incorre nella tristezza, quādo se gli p̄senta il tristabile oggetto, se bene come sauiο, e prudēte deue incontinate scacciare da se ogni turbulēza d'animo; tātο più che dal labile, e transitorio tēpo; altro s'hà ch'vn momento in perceptibile, & ogni tristezza d'animo, è del passato, ò vero dell'auuenire, s'è del passato, sarà pazzia tristar si di cosa passata, & irrecuperabile; perche la ragione insegna all'huomo sauiο, d'eseguire, & considerare quelle cose, che possono giouare; & proibisce quelle cose, che ponno nocere.

Tristezza.

Per le cose v̄gure.

Se poi la tristezza hà d'auuenire, ò sarà de cosa necessaria, ò vero contingente, se necessaria, la tristezza sarà in darno: perche è impossibile, che altramente auenga, se sarà cōtingente, ò fortuna, è anco pazzia tristar si; perche contingentemente, ò fortuitamente potrà auuenire il contrario di quello si trista, per questo nō dobbiamo tristar si delle cose, & oggetti futuri, considerando, che la vita nostra è incerta.

Beni della for

Accaderà anco, ch'alcuna volta s'attristaremo del-

REGOLE DELLA SANITA. 309

mo delle cose, che non saranno al tēpo nostro; *tuna non esser nostri.*
 ma al tempo d'altri, e circa ciò l'huomo prudē-
 re sapendo, & considerando, che li beni c'hab-
 biamo non sono nostri; mà della fortuna, quale
 ce li hà dati in prestito, mai sentirà dolore del-
 la perdita di quelli; Oltre di ciò il sono, &
 ogni solazzo essercitio, mitigano ogni trista
 passione dell'animo.

Da vno intenso, & affisso amore, che si met-
 te ad vna cosa, induce troppa passione; perciò *Amore intensi-
 so.*
 è da guardarsi per conseruatione della sanità, a
 nō metter affettione à cosa alcuna, più di quel-
 lo si conuiene; perche incōrinēte gli entra nel-
 la mēte vna solecitudine, & inquietitudine, che
 lo fa diuētā mezzo pazzo, generando vna pas-
 sione melanconica, dalla quale ne nasce vn flus-
 so, & reflusso immoderato de gli spiriti, & del
 calor naturale al cuore; d'onde ne viene poi va-
 tiato, e diuersificato il moto del polmone, not-
 so, & respiratione, in modo che p la obliuione
 del fiattare, & respirare dell'aria circa l'oppo-
 sita respiratione, occorrono sospiri, & inter-
 ceptione dell'annelito, & fiato: & tanto cresce
 alcuna volta nell'animo l'intēso, e grāde feruō-
 re, che l'influsso cō le virtù sue, si distolgono, &
 distraheno dalle cose digestiue, & dalle opera-
 zioni motiue, d'onde ne segue la magrezza del
 corpo, & debolezza, quale fa impallidire il vol-
 to, inducel'huomo in varie infermità, febrili
 acute, & ogni male; eccetto la clemencia, & ob-
 liuione del proprio comodo.

Noi vedemo molte volte, ches' accōpagna *Tristezza, &
 dolor dell'an-*
 no insieme la tristezza, & dolor dell'animo, & *mo.*

Yy 3

impej

810 REGOLE DELLA SANITÀ.

impediscono la conseruatione della sanità adunque l'huomo magnanimo , & prudente deue conoscere i suoi desiderij, & le sue forze: deue anco sapere, che le cose di fortuna spesso volte s'immergono nell'animo senza misura, per questo deue guardarsi di pigliar imprese eccedenti le sue forze, deue anco offeruare il tempo propitio; e quando tal volta si troui ingannato da qualche speranza, ouero accidente, deue ricorrere , da quelli rimedij, che di sopra habbiamo detto della tristitia. Deue anco guardarsi dalla immoderata audacia , e temerario assalimento delle cose ardue, e difficili, dalle quali ne potesse seguire vn subito, & distemperato timore; perche per esso timore, il calor naturale , e gli spiriti abbandonano gli membri esteriori, e ricorrono al cuore, come quello, che è fortezza, & principio della nostra vita; d'onde ne segue pallidezza nel volto, & tremore, freddo nelle parti esteriori , & per la fuga di detto calore si stringe la cute, si chiudono li porri, circa la radice de pelli, per la qual cosa quasi tutti li pelli interiori si drizzano, & si troua tal volta il timore cosi grande, & immoderato, che per lo subito, & inordinato concorso de i spiriti al cuore, ne segue vna subitanea suffocatione, e morte, ouero che fa inuecciar il corpo, & induce molte altre infermità pessime.

Audacia.

Dani.

Timore.

Historia.

A questo effetto raccôta vno autore antico, che cercando alcuni giouinetti nelli bucchi d'vna torre altissima, i polli del Falcone, al cui effetto ligorono vno di loro con arte, per calarlo al bucco con vna fune; auuicne che per sua disgratia

REGOLE DELLA SANITA. 811

disgratia la fune si rompe , & egli cade à terr^a morto ; mà nel cadere fù tanto il timore , & la paura , che diventò tutto bianco , e canuto: si può leggere nelle historie di molti incauti giovani quali sono incorfi in disgratie, e naufragij, breuissimi, nondimeno per lo distemperato timore sono inuecchiati.

Et altri i quali per pochi giorni sono stati ritenuti, in carceri dure, & certificati d'vna ignominiosa morte, sono inuecchiati in breue tempo il doppio: e sano gli Medici, che molti si fanno medicare di paralisie, quali d'altro male non sono nate , che dal souerchio timore ; Dobbiamo dūque à più potere , fuggite l'occasioni del timore eccessiuo.

L'huomo prudente prima che pigli vna im- *Timoré.*
presa ardua, & eccedente le sue forze, deue prima considerare il timore , e la cagione d'esso, e poi deue andare arditamente scacciando da se ogni paura . E se pur accadessero cose, che fossero da temere, non sendo à tutta l'humana generatione cosa più spauentosa della morte, sendo ella delle cose vltime la più terribile, in tal accidente, vincer deue la ragione , e la fortezza *Cura.*
dell'animo, mediante le quali con maturo consiglio, e graue giudicio intenderà , che niuno deue temere quello , che non si può schifare: ouero desiderar quello che prestissimo deue venire ; perche sotto questa adamantina legge ciascuno nasce per morire ; Adunque con animo virile si dobbiamo sforzare di cacciar da noi il timore ; perche nel pericolo della morte, non habbiamo il maggior nemico del timore.

812 REGOLE DELLA SANITA:

*Timore, e suoi
danni.*

Historia.

*Pensieri di co-
se terribili, e
spaventevoli*

Il timore oscura, & ingrossa l'ingegno, & discorfo, & sentimento della ragione, e le forze del corpo, e quando fa il bisogno vfarle, spe-
volte fanno schiuare i pericoli della morte; fa-
no annihilare, e dissolucere, & stinguere alcu-
volta: nondimeno per accidente per il timore
si fa qualche vtilità, presta giouamento al sa-
giozzò, ò sij singulto, procedente da repletti-
ne. Et ciò procede per la cagione, che si ritra-
no li spiriti alli membri intrinsecchi. Concio-
sia che la virtù vnita sia più forte, che la di-
spersa: per la vigoratione della quale ne sequi-
più pronta cōsumptione, e più facile risolutio-
ne delle materie inordinate alla bocca dell
stomaco, la vnde era causato il sangiozzo: g-
mettono paura; perche più tosto si parte: Per
questa via ancora buttando d'acqua fresca nel
la faccia di colui, c'hà il sangiozzo in vn sub-
ito, che non se ne aueda lo fa andare via. D'vn
persona degna di fede hò inteso, che hauendo
vno la febre quartana, entrando il nemico nel
la sua terra, tutta si messe in'arme alla volta de
nemico, e per la grande paura fù liberato. Leg-
gesi anco d'vn'altro quartanario, essersi stato li-
berato, per hauerli posto nel letto due serpent
nascostamente, per ordine del Medico.

Ancora si deue guardare dall'aspetto, reco-
datione, e pensamento continuo de' casi terri-
bili, e fortuiti, e da quelli che sono dolenti, e fla-
gellati, e miserabili, à quali è d'hauerne com-
passione naturalmente, ò per inclinatione d
sua miseria, dobbiamo molto da questi acci-
denti guardarci; perche per queste passioni se-
guono

guono tutte le cose c'habbiamo detto, che sò-
no contrarie alla sanità, ne più ne meno, che
dalla tristezza.

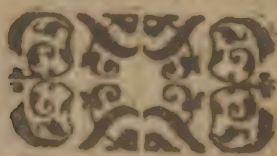
Simile effetto fanno quelle cose ch'induco- *Vergogna*
no vergogna; perciò bisogna hauere rispetto
d'astenerli da tutte q̃ite cose, dalle quali l'huo-
mo può acquistarne vergogna. Si deue anco
grandemente guardare dall'ira quanto mai sia *Ira*
possibile; perche sendo l'ira (come dice il Filoso-
fo,) vna ebullitione del sangue circa il cuore,
per l'appetito di vendetta, acciò la punitione
vindichi l'ingiuria; e da tal ebullitione con la ra-
gione, e quotidiana esperienza si dimostra, che
l'huomo incorre ne' febri, che consumano la
buona humidità, e così ancora malamente, &
variamente imprime male dispositioni ne' cor-
pi. Dobbiamo ancor guardarti di non incorrer *Furia*
infuria, dalla quale ne seguono quei mali acci-
denti c'habbiamo detto incorrer dell'ira, se bene
gli Autori facciano differēza trà il furore, e l'i-
ra; pche il furore è passione senz'appetito di vē- *Furore*
detta. Et alcuni dicono ch'è vna temperata
ira; la quale appresso gli filosofi, è annouerata
trà le virtù morali, e per la sua ebullitione è cal-
dità accidentale, cōforta, & fiegia il calor natu-
rale adormentato, ò debilitato; & induce gio-
uamento alla buona sanità.

E di grandissimo nocumēto anco l'inuidia; *Inuidia*
perche da essa ne seguono accidenti, e male
passioni, come ancora dalla tristitia; perche l'in-
uidia nō è altro se nō vn dolore, e passione del-
l'animo; dell'apparēte bene d'altrui; La gelosia *Gelosia*
ancora, non è altro se non vna paura di perder
gli

gli proprij beni, che molto sono amati, e con vna rincrescenole solitudine dell'animo, e molestia, cresce alcuna volta il timore di perder gli amati beni; e così il dolore, e la tristezza, quando non si possono diffender, e guardare, fanno grandissimo nocumento alla sanità; perche ogni natural virtù debilita, e impediscono la digestion, e sanità, & abbattano l'appetito, & inducono la strettezza di petto, snerua, & indeboliscono le virtù dell'anima, e del corpo perciò dalla gelosia, edalle sue cagioni dobbiamo guardarci quanto sia possibile.

Coito.

Tutte le sudette passioni, quando sono fuori di misura, & eccedono, i modi, come habbiamo detto fanno nocumento alla sanità. Del coito, ò vero della lussuria niente si comanda, ne anco si proibisce, si per rispetto dell'honestà della religione, come ancor perche in quest'ultima, e deterior vita, & età nostra, ò vero noi medesimi habbiamo prouato, ò vero da persone esperti negli otiosi ragionamenti, habbiamo inteso, che l'immoderato, e superfluo vso, dopò il cibo, e replettione dello stomaco, inferisce, & riporta grande nocumento; e lo moderato vso per il contrario, presta grande giouamento alla sanità.



ANNO.

ANNOTATIONI

DI GIO. LODOVICO
Bertaldo.

MEDICO DELL'ALTEZZA
Sereniss. di Savoia.



Perche l'Eccellentissimo Medico Vgone Proemio.

Benzo, nel proëmio della presente bre-
ue, mà dottissima opera, hà compendio-
samente accennato la cura; che l'huo-
mo hauer deue circa il buon regimento del corpo, e
dell'anima insieme; per questo noi ancora, con ogni
sorte di breuità, habbiamo trattato nello stesso proë-
mio delle passioni; & affetti d'esse: riservandoci di
trattarne più ampiamente in questo ultimo capo, nel
quale (come richiede la medicina) sequitaremol'opi-
nion di Galeno nel libro, de cognoscendis, & cu-
randis animi affectibus; e nel libro, de cuiusque
animi peccatorum cognitione, & curatione.

Autori de
quali s'è serui-
to l'autore.

Senza discostarsi ponto dal parere di Aristotile, Plu-
tarcò, Seneca, Vuchkero, Quercetano, Paschi, & al-
tri quali vnitamente c'insegnano, il graue dāno ch'ap-
portano all'huomo le souerchie passioni, e come otti-
mi filosofi scriuono il modo di cacciarle, & curarle.

Li affetti dell'animo altro non sono, che certi mo-
uimenti d'esso, quali lo rendono disobediēte alla ra-
gione; e trà di loro tanto sono differenti, quanto di-
uersi sono li temperamenti de humani corpi; & ab-
bondanti, humori, da quali essi affetti nascono, e
possono

Diffinitione
dell'animo.

Differenti.

possono essere in tanta quantità, e generar tal intec-
Effetti d'esso. perie, che l'huomo mancherà di mente, e trauiarà
 dalla dritta ragione, e talmente crescono, che l'animo
 non può ne contenersi, ne regularsi ne i termini ra-
Effetti dell'a- gioneuoli, come si vede di quelli che cadono nell'ira,
nimo tranqui- nella tristezza, nel furore, nella paura, e nell'inui-
lo. dia; oue per il contrario dal buono temperamento
 ne nasce la quiete, e tranquillità dell'animo, e quando
 da quelle perturbationi s'altera, si souerte, si muoue
 dal suo natural stato tutto il corpo, & i mouimen-
 ti torbolenti, della ragione nemici infiammano, contur-
 bano, & incitano ogni stato dell'animo, cagionano
 varie infermità, e spesso anco ci priuano di vita.
 Dalla tranquillità tutto il contrario auuiene; perche
 per essa l'huomo si rende tranquillo, fermo, constan-
 te, amoreuole, benigno, e quieto: mitiga li disordinati
 appetiti del senso, e con sodo giuditio discorre intor-
 no à i pensieri della sua mente, e sanamente giudi-
 ca intorno alli oggetti, che se li rapresentano. Se
 bene altri danni apportano gl'immoderati affetti: s-
 perche muouono gli spiriti, e il sangue hor dall'o-
 strinsesco, all'intrinsesco, & hor dall'intrinsesco all'e-
 strinsesco, hor presto, hor tardi, hor più, & hor meno,
 come già detto habbiamo nel proëmio.

Altre differèn- Altre più particolari differenze si cauano dalle
ze più partico- cause delli affetti sudetti; perche i loro mouimenti
lari. alterano la mente, & il pensiero, tanto intorno alle
 cose buone, quanto alle cattive, con queste differen-
Opinione delle ze; se l'opinione è di cosa buona, o vero ch'è presen-
cose presenti, te, o vero ch'è d'auenire, se è presente, genera alle-
o d'auenire. grezza, dalla quale ne nasce tal'hora la maleuolen-
 za allegra (per così dire) dell'altrui male, la diletta-
 zione, la iattanza, l'amore, & altri simili: se poi l'opi-
 nione

nione è di bene d'auenire, ne nasce la lussuria, e questa, come radice feconda genera tal'hor ira, odio, inimicitia, e discordie, liti, & altri simili. L'istesso si può dire dell'opinione del male, s'è male presente, ne nasce la tristezza, l'inuidia, l'emulatione mala, l'angoscia, il dolore, la mestitia, l'afflittione, la solitudine, e la molestia: se è male venturo, genera paura, vergogna, timore, e animatione, e perturbatione, e per concludere dico, che come gli spumosi, e perturbati muouimenti del mare, cagionati dal gl'impe-
Opinione del male presente.
Opinione del male venturo
Esempio,
 tuosi venti, e furibonda tempesta, sogliono in molti modi precipitar la naue, hor facendola urtar in duri scogli, hor coprendola con le proprie onde, & in altre maniere inauedutamente affocandola; così gl'immoderati mouimenti dell'animo, in molti modi, fanno pericolare, questo nostro corpo ricattolo, e naue dell'animo, e bene spesso lo conuassano del tutto.

Deue adunque l'huomo, che si troua in tal pericola, eleggersi vn buon' amico, religioso, o secolare, quale (come detto habbiamo nel primo capo) con ess-
Rimedi per risanarsi dall'affetti dell'animo.
 sempi ciuili, morali, naturali, e christiani, con esortationi, e soauì ragionamenti, contrarij alla sua deprauata mente, quasi perito medico: cercar di risanarsi; perche contraria contrarijs curantur, Deue anco (se l'infermo sarà di ragione capace) con ragioni probabili, con essempi, inductioni, demonstrationi leuargli dalla mente la falsità, & improntargli la verità, e presentargli auanti gl'occhi le pitture delle virtù, e de' viti, i simulacri, e le descrittioni d'huomini forti, e constanti; per contemperare gli suoi affetti, e così si potrà risolversi di abberire i viti, & abbracciare le virtù.

Quando

Rimedij quan-
do hanno fatto
habito nell'hu-
omo.

Quando finalmete tali mouimenti haueſſero fat-
to nell'huomo l'habito, non ſi deuono curare tutti ad
vn tratto; perche reſtarebbero eſaſperati, e più poten-
ti a reſiſtere alle medicine, e più difficili, à eſſer cura-
ti; mà ſi deuono ſecondo l'opinione di Galeno nelli ci-
tati libri curar à poco, à poco, e corregger, e mittigare
con deſtrezza; e come l'eccellente Medico, à diuerſe
infermità corporee applicar ſuole diuerſi rimedij, co-
ſì ſogliono curarſi queſti tali cō diuerſi mezzj; perche
le perturbationi, & affetti dell'animo nati da ſottili,
& aërei vapori delli humori del corpo, non ponno eſ-
ſer curati, che con gran ſolertia, e deſtrezza del pru-
dente Medico, il quale non ſcaccia tutti gl'humori del
corpo; mà ſolo i vitioſi, e corregge gl'impuri, acciò ſi
facciano le functioni pure, e buone: ritornando gl'hu-
mori alla ſua naturale temperie.

Come ſi faccia
no l'affetti del
l'animo.
Eſempio.

Altro eſem-
pio.

Altro eſem-
pio.

Anco il prudente giardiniere ſepara gl'alberi cat-
tini da gli buoni, le spine da gli virgolti, & il conta-
dino ſepara gli triboli, & il loglio dal formeto, e l'hor-
tolano l'herbe ſeluatiche dalle domeſtiche, accioche
reſtando il terreno libero, poſſi nodrire le piante più
domeſtiche, e dar gli frutti più dolci, e ſaporiti: e tan-
to ne deue fare il Medico accorto, nella cura delli ani-
mi paſſionati, non deue ſradicare alla prima dal
corpo con purganti medicine gli humori vitioſi; mà
biſogna, che prima gli diſponga con medicine alte-
ranti, aprendo le vie, & roborando le parti più lan-
guide, & coſì dandogli molte ſcoſſe à poco, à poco ſe-
pararà gli cattini da gli buoni humori, nella manie-
ra, che il giardiniere con deſtrezza dando molte ſcoſ-
ſe alla pianta ſeluatica la caua, e la ſepara dalla buo-
na, & à queſto modo ſi curarano gl'animi perturba-
ti, come ſi curano gli giardini, gli campi, e gli hortie
laſcian.

lasciandola la generalità, me ne vengo à trattare de-
li particolari affetti, & primo.

DELL'AMBITIONE.

L'AMBITIONE altro non è ch'vn ardente *Ambitione*
desiderio, & immoderato appetito d'hauer gra- *che cosa sia.*
di, eccellenze, & honori; Origene dice, che l'ambitio- *Origine.*
ne è simia della carità; perche come la carità è pa-
tiente, benigna, & à tutti gioueuole, così l'ambizioso
à guisa di simiato v'imitando, questi atti, non già per-
che habbi desiderio di giouare ad alcuno; mà solo
per poter ingannare, & regnare; per questo ben di-
ce Sant' Ambrogio, che l'ambitione, è la radice di
tutti li peccati, massime à quelli che ricercano d'ac- *Sant' Ambro-*
quistare: gradi per vie indirette, e storte non per *gio.*
giouare; mà più tosto per offendere, non per buono,
mà per cattiuo fine. I gradi dell'ambitione sono *Gradi dell'am-*
diuersi, come anche diuersi sono i mezzi, con i qua- *bitione.*
li gl'ambiziosi caminano al loro fine; perche hauen-
do alcuni per fine l'applauso popolare, e la gloria
mondana, cercano le prime cathedre delle letture,
delle scienze, & arti, i primi luoghi, nelle dispute, e *Esempio.*
ne gl'honori; come pur fanno li soldati, quali deside-
rosi della vittoria cercano il primo luogo, e gl'archi-
tetti nel designare prima, e poi nell'eriger fabriche,
e collossi, & altre machine della loro professione, qua-
li tutti non hauendo fine di giouar al prossimo; mà
solo della loro lode, & vtile, inciampano in molti er-
rori: desiderando quegli honori ch'eccedano gli loro
meriti, restano biasmati, e dishonorati, e ben, è spesso,
toccandogli tal biasimo il cuore, con l'honore perdo-
no la vita.

Questi

*Esempio.**Corti pieni di
ambitione.**Lucifero.**Adamo.**Noe.**Ambitione
per nobiltà del
sangue.**Nobiltà.*

Questi fanno come l'acqua del Stillicidio, quale si gonfia, & ad ogni picciol soffio di vento crepa: come la vessica piena di vento, quale per vna minima puntura d'ago suanisse. Di questi tali v'è ne sono piene le corti, che gionti al colmo della loro ambitione sono fatti gonfi, e pieni di vento, e scordandosi (per così dire) di loro vogliono abbracciare opere eccedenti le loro forze, e giudicio, non le potendo ridur à porto, s'attaccano al cuore il dolore, & alla giornata moriono. Et auuiene à loro, come ad Icaro, quale perche volò troppo alto cadè nel mare, e Lucifero perche desiderò il più sublime luogo del Cielo, fu da quello con i sateliti suoi gettato nell' inferno: Adamo perche volse anch'egli farsi uguale à Dio fu cacciato dal terrestre Paradiso, con graue danno di tutta l'humana generatione, e simili furono li figliuoli di Noè, quando fabricarono l'altissima torre, la quale imperfetta rimase, per la confusione delle lingue: degno castigo de ambitosi, quali si confondono dal loro medesimi.

Altri fondano l'ambitione loro nella nobiltà del sangue, & si vantano d'esser nati da stirpe Imperiale, d'essere usciti di casa Regia, d'hauer hauuto origine antichissima, da Marchesi, Baroni, Conti, & altri trilineari di nobil sangue, d'essere figliuoli d'inui- Capitani, o di dottissimi Legislatori, & è tale, e tanta la loro ambitione, che s'hauessero ardire vorrebbero deificarsi, facendosi figliuoli di Marte, Pallade, o Minerva, mà pur è vero, che se si ricercasse di molti tali il loro principio, si vedrebbe chiaro, che hanno hauuto origine da vilissimi Pastori, de rozzi contadini, da ignobili artigiani, i quali, o per qualche ventura di trouar thesori, o per gli lunghi inganni fatti nelle loro merci, o perche sono stati in quelle auen- ture,

REGOLE DELLA SANITÀ. 821

zurati, ò per bauer faticato molto, e vissutto male, ò per lettere stentatamente imparate, hanno congregate ricchezze, & in molte maniere si sono nobilitati; Per questo io non mi merauiglio se tali commettono atti vili, & ignobili, & di ogni biasmo degni; perche sendo in loro l'ignobiltà naturale, e la nobiltà accidentale, non ponno contenersi, che questi non ritornino al loro natural principio; per questo si vede, che quando l'ambizioso è essaltato à qualche honore, diuenta superbo, vantadore, dispreggiatore dell'antica nobiltà de' suoi maggiori, riuolge la faccia dalli primieri amici: non si cura di giouare, mà solo si gloria di sopraffare à tutti, diuenta molesto, importuno, grauofo, e tale, che di lui si dicono dal volgo ridicolosi prouerbij, come quelli chi vuol conoscer il villano, li doni la bacchetta in mano, & altri che per modestia taccio, & auiene loro, q̃llo ch'auiene à quel filosofo, qual s'èdo da vn nobile tale rinfacciato ch'era nato vilmente, il filosofo saggiamente le rispose, Nobilitas mea à meipso incipit, tua autē à teipso desinet: Et à q̃ll'altro filosofo di cui ragiona Gal. nel lib. intitolato, exortatio ad bonas artes, che sendo inuitato da vno personaggio grande, mà ambizioso; Diogeno, giouito che fù nella sua casa, gli sputò nella faccia, accenando che egli hauena sputato nella più sporca parte di quella habitatione.

Cicerone.

Risposta d'un filosofo.

Diogeno.

Altri ambiziosi si trouano, che insieme sono vitio. Ambiziosi vi si, e la loro ambitione si può chiamare vitiosa: questi sono gonfi di sensualità, e di tutti i vitij, ne' quali si godono, e si vantano, e per tali bramano esser tenuti, e l'oggetto loro è circa le cose pessime, e quanto più sono peruerse le loro attioni, tanto più si tengono gonfi, & altieri: ò vitio esecrando! non si può dir peggio,

Z Z

peggio,

822 REGOLE DELLA SANITA.

peggio che peccare senza vergogna, questi inducono (per così dire) Iddio à lamentarsi di loro per bocca del Profeta; gloriantur cum malè fecerint, & exultant in rebus pessimis. Et questa ambitione sarà la loro confusione, come dice l'Apostolo S. Paolo, ad Philipp. tertio, quorum gloria in confusione.

Ambitiosi de fama per via in diretta, Sono anco ambitiosi quelli, che conoscendosi di virtù deboli, e priui di merito, ad ogni modo procurano per via indiretta quella lode, di cui sono indegni per via diretta, questa è la cagione ch'entrando in dignità per forza di danari, di fauori, o d'altra strada simile, regnano, e dominano tirannicamente, sedono ne' tribunali, e giudicano talmente, che poi ne nascono mille inconuenienti, apportano danno notabile à Principi, e Republiche, dishonore à loro, ingiustitia, e danni inestimabili à popoli, e lacrime, e pianti, à poveri litiganti, quali contra tali dimandano vendetta à Dio, nel cui conspetto, come dice l'Ecclesiastico al cap. 29. sono fatti odiosi: Qui potestatem sibi assumit iniuste, odietur à Deo. Ma

Ambitiosi vane per la bellezza di corpo.

che diremo d'alcuni Parainfisi? quali perche Iddio, e la natura li hanno dotati d'un corpo conuenuevolmente disposto con vaghezza di colore, vedendosi belli, se ne vanto altieri, & orgogliosi, vogliono ch'altri siano obligati à seruirli, e fatti ambitiosi, attendono ad ornarsi, e non hanno altro fine, che di vanagloria femminile, e perciò senza giudicio inciampano in mille errori: spendono souerchiamente senza misura, generano inuidia nel prossimo, fanno sopra di loro fare molti giuditij, non conoscendo la meschinità loro; questi possano ragioneuolmente paragonarsi, al cataletto che si tiene nella Chiesa, qual

mai

REGOLE DELLA SANITÀ. 823

mai s'orna di veluto, se non quando sotto vi sta il corpo morto, e puzzolente; perche con li souercchi, & esteriori ornamenti danno ad intendere al Mondo, hauer vn'anima piena di peccati, ne' quaui perseverando si cade nella morte. Peccatum cum fuerit consumatum generat mortem.

Etanto sottile questo vitio, che macchia anco Danni ch'aport
si l'ambizione. quelli che per altro sono d'ogni lode degni, lo dice Sant' Ambrogio, Scpè quos vitia nulla delectat, nulla potuit fedare luxuria, nulla subuertere auaritia, hos facit ambitio criminosos: e chi si lascia da quella vincere, non prouerà mai tranquillità alcuna; perche è vn fuoco che sempre arde, vn verme che sempre rode, si nodrisce di vane speranze, hà la mente piena di cose nuoue, hà la volontà quasi insatiabile, & è pieno di varietà di cose; le quali tutte apportano grandissimo nocumento alla sanità.

La cura di questa infermità, sarà il conoscer se Cura. stesso, e l'humiliarfi.

DELL'AVARITIA.

L'Auaritia (dice Aristotile nel lib. primo, l. b. del. Diffinitione
dell'auaritia. la Politica) è vn vitio dell'animo, quale immoderatamente desidera hauere, & ingiustamente ritiene quello che à d'altri s'appartiene: la cura di questo vitio è tanto più difficile dell'altre, quando che Aristotile. l'auaritia, è radice de gl'altri viti; Auaritia est radix omnium malorum, e la proua stessa ne farà fede; perche l'ambizioso si satia co'l dominare, e co'l comandare: il libidinoso co'l compiacere al senso, & alla carne; l'iracondo co'l vindicarsi, o co'l far ingiuria al nemico: l'inuidioso co'l veder l'altrui danno; il Cura difficile. goloso

824 REGOLE DELLA SANITA.

golososo con la varietà, e copia de' cibi; mà l'auaro mai è contento, mai satola la sua voglia, mai finiscono gli desiderij suoi d'accumular thesori, e quãto più accresce il thesoro, tãto più gli cresce la volontà di thesaurizare; come leggiadramente spiegò il Poëta Giuvenale in vn sol verso, Crescit amor nummi, quantum ipsa pecunia crescit: e Virglio dice, che la volontà, & il desiderio dell'auaro altro non è ch'vna esecranda fame, auri sacra fames, & Onidio nel libro de' suoi fasti dice à questo proposito, ch'ella è vna furiosa cupidigine.

Giuvenale poet.
14.

Onidio.

Creuerunt, & opes, & opum furiosa cupido.
Et cùm possideant plurima, plura petunt,
Sic qbus intumuit suffusa, venere ab vnda.
Quo plus sunt pote, plus sitiuntur aquæ.

Il dotto Passi.

Il dotto Passi dice che l'Auaritia fà quattro cattiu effetti, nell'Auaro.

Effetti dell'auaritia sono quattro.

- 1 Primo lo fà misero; perche ingiustamente, e con gran fatica, s'attribuisce quello che non se gli conuiene, contro le minaccie di Santo Matteo: Vch his qui congregant non sua.
- 2 Secondo lo fà Idolatra; perche lascia il primo comandamento di adorar vn solo Dio, e si riuolge ad adorare l'argento, e l'oro, facendosi di quelli misero seruidore, Auaritia est Idolorum seruitus.
- 3 Terzo fà che l'Auaro sia senza carità, e crudele verso à poueri, come ben dice San Gio. Qui viderit fratrem suum necessitatem habere, & clauferit ab eo viscera misericordiæ, quomodo caritas Dei manet in eo?
- 4 Quarto l'auaritia fà, che l'auaro per l'acquisto de beni terreni, perde il Regno de' Cieli, lo scrisse San Paolo alli Efesi. Auari regnum Dei non posside.

REGOLE DELLA SANITA. 825

possidebunt; e perciò resta odioso à Dio, à gl' Angioli, & à gl' huomini, e spiaceuole à se stesso, e solo amabile al Demonio; Non si può dir peggio ad vno, che dirgli auaro, che vuol dire auido, e cupido d'oro, e d'argento, dal cui nome nasce l'auaritia, ch'è inhonesto, insatiabile, & ingiusto appetito delle cose aliene, e così dice Isidoro. E inhonesto; perche volendosi fare possessore de gl' altrui beni, trapassa ogni honestà con se stesso, e col prossimo insieme: In che inciam con se stesso mentre trapassa la mediocrità del viuer, cade nell'estremità; mangiando pane aspro, duro, negro: beuendo vino acetoso, puzzolente, acquaticcio, e tal'hor anco guasto è corrotto: nel vestire, panni grossi, nel portargli stracciati, ò fuori di modorapezzati: nelle attioni faticando fuori di misura, camminando con pericolo della vita, sopportando fame, sete, caldo, freddo, & altri disagij: co'l prossimo offendendolo con molti atti indecenti: è poi insatiabile, come hò detto di sopra, e come anco dice l'Ecclesiastico al 5. Auarus non implebitur pecunia; e Seneca dice che l'auaro, non si contenta di ciò che guadagna; mà sempre pensa à quello che può guadagnare: nò è buono à gl' altri, & è pessimo à se medesimo, piglia ad altri, e nega à se stesso, è infelice à se, e misero ad altri: mai pensa morire, per non lasciar il mal acquistato, In summa dica pur chi vuole, le ricchezze di tutto il Mondo mai potranno satiare l'auaro; perche tale è la natura sua.

L'auaritia è come il fuoco, le ricchezze come la legna, quanto più legna si mette, al fuoco tanto più cresce; E quanto più ricchezze hà l'auaro tanto più gli cresce l'amore di quelle; Per satiar vno bisogna contentar il suo cuore, il danaro riempe la borsa, dun-

Esimologia
dell'auaritia.

Appetito del-
l'auaro inho-
nesto Isidoro.

In che inciam
pi l'auaro.

Offese dell'a-
uaro verso il
prossimo.

Appetito in-
satiabile d'ef-
so.

Auaro insa-
tiabile.

Esempio del-
l'auaritia.

826 REGOLE DELLA SANITA.

que non può riempir il cuore; perche niun corpo può riempire due luoghi.

Il cibo mai satola il famelico, se non è ricevuto nel suo proprio luogo, ch'el ventre, l'auaritia è fame del cuore; il danaro è cibo della borsa; dunque non può satolar il cuore dell'auaro, non potendo essere ricevuto nel proprio luogo.

Auaritia infinita.

L'auaritia è infinita, il danaro è cosa finita; il finito non può riempire l'infinito, & il danaro non può satiar l'auaro. E come dottissimamente argomenta il grande Agostino; Niuna cosa che sia senza Dio può satolar l'anima ragione uole, qual è capace di Dio; il danaro, è le ricchezze sono senza Dio; perche esso non stà in quelle; dunque solo Dio può satiar l'anima nostra: come benissimo conferma

David.

*Appetito del-
so ingiusto.*

il Serenissimo R è David, quando dice, satiorbor cum apparuerit gloria tua; Questo appetito è poi ingiusto; perche piglia ad altri e l'attribuisse a se stesso, riceue volentieri, e mai dona cosa alcuna, rapisce con inganno quello che non può hauere per giustizia: non teme Dio, ne riverisce l'huomo, non perdona al Padre; non co'osce la Madre; non rispetta il fratello; non serua fede all'amico, opprime le vedoue, e succhia i papilli, odia l'altro bene, e come ingiusto possessore dell'altrui ricchezze, nel spender raro, scarse nelle limosine, inimico di pietà, destruttore di carità, dissipatore d'amore, a Dio è ingrato, al prossimo em-

*L'Avaro è ac-
compagnato da
cinque rabiosi
furie.*

pio a se medesimo crudele: è accompagnato sempre da cinque rabiosissimi furie, dalla diffidenza, sollicitudine, vana speranza, paura, e disperatione; perche al fine per la moltitudine de suoi peccati, e per l'ingiustitie, e torti fatti al prossimo: iadio permette che siano fatti fauola del Mondo, scherno, & opprobrio

de

REGOLE DELLA SANITA. 827

de gl'huomini, e che le congregate ricchezze, co'l mezzo del Fisco vadino nelle mani de' Prencipi, & si fanno arca d'essi, come benissimo à questo proposito dice San Gerolamo; Quid enim est auarus nisi *S. Girolamo.* arca Principum, praeda latronum, sibilus omnium, è fatto anco simile al Barbagiano, quale da *Similitudine.* tutti gl'altri uccelli viene ad essere spenacchiato. Da questa ne nascono l'infermità, le molestie, le tristitie, che conturbano l'animo, e lo tengono occupato, e quasi pestifero morbo nelle vene incalmato, e nelle medolle: genera crudità, indigestioni, reume, catarri, pleuresie, infiammagioni di pulmone, e fegato, febri acute, maligne, & pestilenti, acquistate tal volta per l'auaritia del danaro in luoghi sospetti guadagnato: è anco sogetto à dolori artetici, renali, & altri da quali per non spendere non si cura di liberarsi; mà più presto patisse, e stenta, e quasi che nulla habbi. Di lui si verifica il detto, Avaro tam deest quod habet, quàm quod non habet, e dopò hauer patito temporalmente in questa vita, patisse nell'Inferno eternamente: La cura di questo è la cura carità verso il prossimo.

DELL'INVIDIA.

L'Invidia fù da San Gionanni Chrysostomo sopra Invidia. *S. Gio. Chrys.* i Salmi, descritta sotto alla metafora d'un horrendo monstro, il cui petto è ripieno di fiele, la lingua di veleno, il cuore di languore, e le membra esanguie, il viso pallido, il corpo macilente, gl'occhi typpi, le zampe armate, che mai dorme, sempre veggia, stà in continuo moto, odia la luce, volontieri s'asconde nelle tenebre per potere secretamente offendere il *Similitudine.* prossimo.

prossimo; guarda per trauerso, vide solo quando altri piangono, e piange quando altri ridono. Perciò ben dice il Poëta Ouidio.

Ouidio .

Surgit homo pigrè, semesarumq; relinquit.
Corpora serpentum, passuq; incedit inertì.
Pallor in ore sedet, macies in corpore toto.
Nusquā recta acies: liuent rubigine dentes:
Pectora fele virèt: lingua est suffusa veneno.
Rifus abest, nisi quem visi mouere dolores:
Nec fruitur somno, vigilātibus excita curis.
Sed videt ingratos, intabescitq; videndo .
Successus hominū carpitq; , & carpitur vnā.
Suppliciumq; suum est: quamuis tamen ode-
rat illam .

Diffinitione
dell'inuidia .

Vgone.S.

Agost.

S. Bonauentu-
ra.

Inuidia peg-
gior dell'ira .

Solo l'inuidia
non coprir l'i-
niquità sua.

L'inuidia (dice Vgone) è vn cruccio dell'animo corrotto, e fracido, della prosperità, e buona fortuna d'altri, Inuidia est de bono alterius tabescentis animi cruciatus, Inuidia dice il grande Agostino, est dolor de aliena prosperitate. Inuidia dice San Bonauentura, est tristitia alienæ felicitatis, & in aduersitate læticia, di modo tale, che la lode, la prosperità altrui, e le virtù, sono l'oggetto dell'inuidiato, & in questo ella è differente, e peggiore dell'ira, il cui oggetto sono l'opere cattive, & i peruersi costumi, e le sceleragini, tutte cose che prouocano l'animo ad odiarle. Pare che tutti gl'altri affetti, e passioni possino hauere qualche pretesto di scusa; solo l'inuidia non può coprir l'iniquità sua; l'ambitione si copre con qualche specie di virtù; la voluptà con l'allegrezza; l'auaritia co'l fuggir la miseria, e soccorrer à suoi bisogni; la vanagloria con la policia, la lussuria, con la sanità; la prodigalità, con la liberalità.

Solo l'inuidia resta ignuda, e non hà da poter co-
prir

REGOLE DELLA SANITA 819

priv l'infamia sua. Questo è quel monstro borren-
do, che se bene ama le tenebre, & i latiboli della se-
cretezza, ad ogni modo si scopre trà signori, trà
Dotti, trà Huomini, e Donne, trà Fratelli, nelle repu- *Essemi.*
bliche, nelle corti, e nelle private habitationi; Alef- *Alessandro.*
sandro desideroso d'honore, e di gloria, vedendo che
suo Padre era sempre vittorioso, temendo non gli la-
sciasse occasione d'acquistare la bramata fama gli
portò invidia; Temistocle cercò di superar l'opere di *Temistocle.*
Miltiade, e l'invidia non lo lasciava riposare giorno, *Miltiade.*
e notte, e Saul invidiò la gloria di David, quando sen- *Saul.*
tì la bella lode. Percussit Saul mille, & David *David.*
decem milia.

Caim uccise Abel, i figliuoli di Giacob non la *Caim.*
perdonarono a Giuseppe loro fratelli, e Maria, & *Abel.*
Aaron per invidia mormorarono contro il fratello
Mosè. Rachele sterile portò invidia a Lia sua so- *Rachele.*
rella; perche era feconda, nella gen. a 26. cap si leg-
ge d'Isaac, che benedixit illi Deus, & locupleta. *Isaac.*
tuse est homo, & ob hoc inuidentes Palestini.
&c. Et questo si può applicare in questi nostri infe-
lici tempi, ne' quali se i Re, i Duchi, i Prencipi, nel-
le loro corti tengono per più caro vno seruitore, su-
bito i Palestini, & altri cortegiani gli portano inui-
dia, come anco si legge di Aman, e Mardocheo, e co- *Aman, e Mar-*
me alla giornata si prona da chi frequenta le cor- *doche.*
ti: l'istesso anco si vede trà dotti, ne' studi publici,
nelle Academie, e ne' Senati: da questo si scorge
chiaro, che l'invidia è circa i beni dell'animo, cioè
della sapienza, fortezza, giustitia, e temperanza: e
del corpo come bellezza, sanità, velocità, leggiadria:
o vero della fortuna, come ricchezze d'oro, argen-
to, campi, vigne, & altre simili, le quali come cause
efficienti

Figliuole d'Invidia.

efficienti, partoriscono questo horrendo monstro, & esso partorisce poi sei figliuole, cioè emulazione mala Angoscia, Merore, Afflittione, Sollicitudine, Molestia.

Definizione dell'emulazione.

L'emulazione, è vn dolore dell'animo per non poter conseguire quel bene, o honore, che l'huomo potrebbe; mà gli viene dalla fortuna negato, qual dolore non nasce; perche altri habbino quel bene; mà

Definizione dell'angoscia.

perche esso non lo possi hauere: L'angoscia è vn infermità, che comprime l'huomo, e lo riempie de sospiri, quali generano vn dolore sì graue, che cruccia il

Merore.

Afflittione.

corpo, e l'animo insieme. Il Merore, fa che l'huomo al sospiro aggiunge il continuo lamento. L'afflittione è vn infermità, che sempre tormenta: la sollicitudine, riempie l'animo di pensieri, e lo rende sempre cogitabondo, e per vltimo la molestia; la quale è infermità permanente, e fissa, e tanto più è graue, e periculosa, quanto ch'ella nasce dalla deprauata volontà dell'inuidioso, & non dalla imbecillità della natura, come le altre passioni dell'animo, per questo non è merauiglia s'ella fa cattini anzi pessimi effetti, sendo nell'animo, come verme nel legno, ruggine nel ferro, tignola nel vestimēto, quali rodono il loro soggetto, così l'inuidia rode l'inuidioso, & à guisa di vipera rode l'interiora di chi la partorisce. Quia non parit consanguineis, neque amicis.

Esempi.

E come il dracone ch'insidia il parto dell'Elefante per diuorarlo, così l'inuidioso aspetta l'opera loduole per diuorarla con i mordaci dēti della detrattione, come si legge di Iob al 30. frater fui draconum, & focius strutionum, è anco simile al leproso à Giuda traditore, & al diauolo: il leproso vorrebbe che niuno fosse sano, & il diauolo che niuno fosse buono, &

Giuda

Iob.

Leproso.

Diavolo.

REGOLE DELLA SANITA. 831

Giuda si contristò del pretioso vnguento sparso so- *Giuda*
 pra CHRISTO, e l'inuidioso à guisa di leproso,
 è di dianolo si duole dell'altrui bene, & come vn'al-
 tro Giuda si contrista dell'odor del bene, e delle virtù
 del suo prossimo, quindi San Bonauentura nel libro *S. Bonauentura*
 intitolato dieta salutis, dice che Dio farebbe ingiu-
 ria all'inuidioso se lo collocasse in paradiso; perche ve-
 dendo l'ineestimabil gloria de' Beati morirebbe, & io
 ardirei anco di dire, che sia simile alla Notola, la
 quale s'accieca al splendore, al quale si dourebbe illu-
 minare; all'aragno che dal fiore ne cava il veleno, dal
 quale l'ape ne cava il miele, il buono si rallegra del-
 le opere buone, e l'inuidioso se ne dole, e vede solamē-
 te nelle tenebre, come Helij di cui si legge nel primo *Helij 3. lib. de*
 de Rè al cap. 3. che mai pote veder la lucerna sen tan- *Rè.*
 to, che fu estinta; L'orso dicono, i naturali che è ani- *Orso.*
 male fetido, e brutto, che legato alla catena mai sia
 quietto, mà sempre si muoue hor con il capo, hor con
 le zampe, così l'inuidia mai lascia il cuore quietto:
 L'orso, ò che succhia le sue zampe, ò che dinora l'al-
 trui carne, e l'inuidioso, ò che rode se stesso, ò che rode
 altri, psal. 26. appropriant super me nocentes,
 vt edant carnes meas; questo è quella fiera pessima,
 che mangiò il diletto Giuseppe, questa è quella bestia
 che vidde Daniele al ca. 7. simile all'orso, c'hanea tre *Daniele.*
 ordini de denti, & comedebat carnes plurimas, si
 che per conchinderla l'inuidioso, è vn monstro com- *Inuidioso mon*
 posto de più crudeli animali, che tronar si possino: *stro crudele*
 di verme, di tignola, di dracone, di mpera, di notola,
 di ragno, di orso. Questa m'imagino sia la cagione,
 per la quale Salomone ne' proverb. à 25. c. ci prohi *Salomone La*
 bisce la conuersatione dell'inuidioso; perche è simile *conuersatione*
 al traditore. Ne comedas cum homine inui- *dell'inuidi se*
 & ne *o, è da fuggirsi;*

*Effetti dell'in-
uidioso.*

& ne desideres cibos eius, quoniam in similitu-
dinem Arioli, & cōiecturis estimat, quod igno-
rat. Comede, & bibe dicit tibi, & mens eius
non est tecum; perche l'inuidioso fà l'indouino, e
dell'astrologo: adesso vā penetrando i ponti, i minuti, e
l' hora della sua nascita, pretende di oseruare tutte le
attioni, e con queste predice la sanità, e l'infermità,
la buona, e la mala fortuna, la perfettione, & i man-
camenti, le virtù, & i vitij, le ricchezze, e la po-
uertà, l'odio, e l'amore, e pure meschino Iddio per-
mette, che quanto dice il tutto sia buggia, ex conie-
cturis; perche vuole predire se vno hà d'hauer il
giorno fausto, o infasto, da segni, e congietture, come
faceuano gl' antichi, quali volendo predire qualche
cosa faceuano sacrificio, e poi guardauano nelle vi-
scere dell' animale se vi trouauano il segno, e secon-
do quello faceuano le congietture loro: credo intra-

*Giuliano apo-
stata.*

uenga à simili cortegiani inuidiosi, come à Giuliano
Apostata, quale hauendo fatto vn sacrificio, guardā-
do nelle viscere dell' animale vi ritrouò vna croce,
che per esso fù la croce del cattiuo ladrone. Voglio
no predire da' segni gl' altri auuenimēti, & nō sanno
vedere i pessimi contrasegni dell' inuidia, che loro por-
zano scolpita nella fronte, sendo che da passioni inte-
riori mali affetti fanno, che si scopra al di fuori la lo-
ro maligna natura, non per regole d' Astrologia, ne
di congietture, ne di Piromantia, ne altre simili, ma
solo per buone regole medicinali à noi date da Gale-

*Hedera di
Giona.*

no, & Hippocrate, & anco bē simbolizate nella scie-
tura, come per esempio dell' hedera di Giona, qual re-
stò pallida, e si trouò secca; perche dentro era stata
corrotta dal verme, così gl' inuidiosi sono aridi; perche
hanno dentro il verme dell' inuidia, che gli rode: il

verme

REGOLE DELLA SANITA. 833

Verme è animale, che mai cessa di rodere, così l'inuidioso mai riposa ne giorno, ne notte. Quando si secca l'albero subito si accorge che sia il verme, quando il cavallo è vizziato si sa ch'ha il verme, e da questi contrasegni si conosce anco, che l'inuidioso tiene il verme dell'invidia che lo rode, o come fingevano gli antichi di Prometeo, che haueua l'auoltore, che gli deuoraua il cuore: sono come il segno del scorpione, quale (secondo gl' Astrologi) è segno freddo secco, e notturno, e comunemente gl' inuidiosi sono di corpo secchi, è macilenti, in questo segno la casa, o che è di morte, o di niuna esaltatione, e l'inuidioso, o che brama la morte all' inuidiato, o almeno che non gli procura anzi gl' impedisce il bene, e l' honore, Et il tutto al fine redonda in danno, e biasimo loro, sendo carnesfici à loro stessi, ministrandosi la morte in molti modi, come si legge di Saul, che diuentò pazzo, Archito file ch' ignominiosamente s' apicò, con le proprie mani.

Prometeo.

Effetti dell'invidia.

Quanto alla cura, sendo eglino peggiori della natura de' Cani, e de' Boui come dice San Basilio Canes educatione mansuescunt, Boues obsequio fiunt tractabiles; Inuidi officijs aggressiores euadunt, ne Galeno, ne Hippocrate, ne Auicena, ne Esculapio Dio della medicina hanno ancor ritrouato methodo conueniente per curarli; perche non fanno professione di medicar animali irragionevoli; mà se bene creature ragionevoli.

Cura.
Inuidiosi, peggiori de' cani, e boui.
S. Basilio.
Esculapio Dio della medicina.

Il Quercetano rimette questa cura à dottissimi Theologi, acciò con l' alto loro sapere cerchino di dargli la perfetta sanità dell' anima, che poi facilmente hauria- no quella del corpo.

A chi spetta la cura dell'inuidioso.

DEL-

DELL'AMORE VENEREO.

Due sorti d'a-
more.

Amor diuino
è di quattro
maniere.

Due sorti d'amore si trouano, amor spirituale, e temporale, ò sia amor Diuino, e mondano, il Diuino è di quattro maniere.

Primo è l'amor di Dio.

Secòdo è l'amor del prossimo, quali con altro nome sono chiamati carità, e dilectione.

Terzo: l'amor delle cose eterne.

Quarto è delle virtù, e si chiamano affettioni.

Amor monda-
no di quattro
sorti.

L'amor mondano è anch'egli di quattro sorti. Primo è l'amor proprio.

Secondo è l'amor de' parenti, quali si pono chiamare co'l nome di vana amicitia.

Terzo è l'amor delle ricchezze, quale si chiama cupidigia. ò sia auaritia.

Quarto è l'amor delle delitie, quale si chiama carnalità, e lasciuia.

Ch'amore si
deue ricerca-
re, e fuggire.

Il primo amore si dourebbe da tutti ricercare, come vero amore; il secondo si dourebbe fuggire come falso, e pernicioso: io come Medico tratto solo dell'amore delle delitie, e carnale: lasciando il trattato dell'altri à grauissimi Theologi.

Radice dell'a-
mor mondano

Questo hà per radice la suggestione, da cui ne nasce il germoglio della delectatione, da questa il consenso, dal consenso l'opera, dall'opera, la consuetudine, dalla consuetudine, la disperatione, e poi l'escusatione del peccato, la vanagloria, e per ultimo la dannatione: in questo si vede il principio, il mezzo, & il fine dell'amor venero, se bene in quanto al principio, si può dire ch'egli è vna seconda, mà pessima radice, da cui sorgono spinosi virgulti della emulatione, ira, fu-

rore

REGOLE DELLA SANITA. 835

ore, vendeta, e finalmente la tristitia: ne altro può ha-
uere di gusto, che vn poco di contento, quale golde l'a-
mante, mentre hà l'amato oggetto presente, e questo
encor lo vedo mescolato con discontento, per il timore
che in se tiene nel cuore ascoso, che l'amata nō si par-
ta, ò vero che gli conuenga da lei allontanarsi, e da
questo ne segue il tedio, l'indignatione, & la mortal
mestitia, che l'animo tormenta giorno, e notte, & il
corpo cruccia senza permettergli alcun riposo; Per
questo ben dice Vgone di Santo Vittore, che la lussu- *Vgone di S.
Vittore Diff*
ria è vn'immoderata insolenza della carne, vna in *nizione della
lussuria.*
fermità contagiosa, vn dolce veneno, vna perniciofa
beuanda, la quale enerva il corpo, & indebolisce l'a-
nima, e la ragione naturale, e l'esperienza lo dimo- *Passioni gene-
rale dalle luf-*
strano chiaramente; perche da esso vengono genera-
te molte passioni, lypotimie, ò mancamenti, syncopi, ò furia.
suauimenti, genera ancor apoplezie, paralisie, tremor
de membri, crudità, dolori artetici, d'ogni sorte: parto-
risce perpetue vigilie, vitia ogni virtù del corpo, &
ogni economia; e questa è la cagione per la quale gli
huomini restano mezzì timidi, gonfi, pallidi, e liuidi,
dal proprio calore vegetatiuo destituiti, cadendo mol-
te volte nell'esecrabil morbo, da noi chiamato Gallico
da Francesi mal di N aple, et in Spagna, e da Spa- *Mal Francese
di N aple, di
Spagna, &
Italice.*
gnuoli morbo Italice, poiche Spagnuoli, e Francesi, &
Italiani vègono da questo assaliti, e come tanti Reg-
gi coronati, non già di quelle corone ciuiche, castren-
si, obsidionali, murali, ò nauali, con le quali si cro-
nauano quei casti, e valorosi campioni Romani; ma si
bene della infame corona, intreziata con sporchi rubi-
ni di putredine, quali danno ad intendere al Mondo,
chi sono i Rè de lasciui, e de' Carnali. Per questo Va- *Valerio Mas-
simo.*
lerio massimo nel lib. 9. trattando d' Annibale, qual *Annibale.*
passa-

836 LEGORE DELLA SANITA.

passaua la fredda stagione del verno, con i Campani poco honestamente, dice. Quid lumina fedius, quid enim dānosius, à qua virtus atteritur, ratio languescit, sopita quoque gloria in infamiam commutatur, & animi vires, & corporis expugnantur, e certo ben dice ratio languescit; perche rende bene, e spesso l'huomo stupido, & insensato, lo riduce à fare attioni brutissime, & infami,

Hercole, & Onsale. come si legge di Hercole, che per amor di Onsale portò la canocchia da filare, in cambio della mazza. **Lucio Vittelio.** che in publico s'ontaua l'arterie di saliuà d'vna sua innamorata, quasi che fosse stato linimento accuratamente composto. Il Rè Herode fece tron-

Rè Herode. car il capo à . Giouani Battista, che pur era di stirpe **Morse con te** Reggia, & altri in molti modi, co'l ferro, con veleni, **loro proprie** con inganni procurano la morte al prossimo: altri si **mani per amo** danno la morte con le proprie mani, come si legge di **re esempi.** Filide, Afis, Hemone, Saso, Biblis, Calluce, Fedra, Timagora, Zidica, e Galeazzo, sig. di Mantoua, sendo **Galeazzo Sig-** in Padoua innamorato d'vna giouenetta, restò dal **gnor di Man-** venereo amore talmente acciecatò, che alla semplice **bona,** richiesta della giouene, si precipitò in vn fiume. Questa è quella Circe maga, che l'huomini cangiaua in bestie, è quella Panibera, che con gli esteriori colori s'inuaghisce per ingiottire, co' i suoi voraci denti.

Danno che ap Questa lasciaua, questo amore venereo con suoi **porta l'amor** acuti strali, rouina Prouincie, Regni, Città, Castelli, **venereo.** case, come si legge di Troia, per il rapto d' Helena, de Romani per il rapto delle Donne Sabine, della bella Pentapoli destratta per l'istesso; di Sichem per il stupro di Dina, & altri de quali ne sono piene l'histoire sacre, e profane, e si vede anco alla giornata il fine ignominioso di tante case adultere, quali per il peccato

REGOLE DELLA SANITA. 837

cato non possono prosperare, come si dice, domus adultera non prosperabit; Mà quello ch'è peggio, alcuni sono che riuolgendo le spalle à Dio, per conseguire vn'impudico oggetto, si riuolgono ad adorar il Demonio, co'l mezzo de' Veneficij, incantesmi, sortileggi, & altre diaboliche frodi, quali fanno con gl'instrumenti d' Anelli, sugelli, beuande, e cibi incantati, imagini di cera, caratteri, segni, nodi, & altre cose diaboliche, solo inuentate per tormentare, & inquietare i poveri amanti, e finalmente per tormentare eternamente, chi di tali incantesmi si diletta, di questi ne scrisse il Politiano in questi versi.

„ Hic qui philtrea bibit, nimioque infans amore.

„ Mox ferro occubuit, sic mentem amiserat omnem.

E Virgilio nelle sue egloge pastorali.

„ Limus vt hic durefcit, & hæc vt cera liquefcit,

„ Vno eodemq; igni, sic noster Daphnis amore: e poco dopo replica spesse volte.

„ Ducite ab vrbe domum, mea carmina, ducite Daphnim.

Di Carlo Magno si legge, che sendo morta vna sua concubina, che in vita l'hauea maliato, rendea il cadauero tanto fetore, ch'era insopportabile à tutti li notabili; E Carlo solo odoraua il cadauero, come l'odor di rosa, di viole, e di polueri di Cipro; il che rese gran meraviglia, che l'istesso cadauero mandasse buono, e fetente odore; e non potendo ritrouar di questo alcuna ragione naturale, finalmente si scopersse, ch'il maleficio staua nella bocca della defonta, in vn anello tutto scritto di caratteri, qual leuato dalla bocca,

A a a

sentè

sentè quel gran Monarca la puzza, e fù disfatto il maleficio; potrei scriuere molti altri simili essemi, quali per breuità tralascio.

*Cura di questo morbo difficile
Effetti dell'amor venereo.*

La cura di questo morbo è difficile, e tale che hà bisogno di eccellente Medico, quale cominci dalle cause, e pian piano le vadi radicando; perche riducendo l'huomo in vna tiranica seruitù, lo cruccia, lo conturba, gli leua la quiete, e la voglia del mangiare, e bere, e diventa arido, secco, e quasi forsennato, resta senza forze, otioso, e cogitabondo, & essendol'otio vn mantice, che di continuo soffiando accende il fuoco nella fucina del cuore, conuiene leuarlo, come dice Ouidio, & si commincerà à curar l'infermo.

Ouidio.

Otia si tollas periere cupidinis arcus.

Esempio d'Hippocrate.

Chi conosce la vera, e legitima causa della quale ne nascono le diuerse infermità d'amore, con minor difficoltà le cura, come fece Hippocrate, quale toccando il polso à Perdica Rè di Macedonia, in presenza di Filla concubina di suo Padre, conoscendo che l'infermità era più tosto spirituale che corporale, lo curò col fargli rimetter dall'imprudente, e troppo pietoso Padre la concubina.

Galeno.

Valerio Massimo.

Galeno racconta anco altra cura simile, nel libro de precognitione, di vn certo giouine chiamato Pillade, e Valerio Massimo scriue, che Seleuco figliuolo di Rè Antioco era innamorato di Strattonica sua madregna, e per opera di Euthimio Mathematico, ò vero come dicono altri, per inuentione di Erasistrato gli fù dall'infame Padre rimessa; se bene haurebbe fatto meglio di dargli vna buona frusta, ò vero mezza donzена di bastonate, ò farlo digiunare sei mesi in vna prigione, in pane, & acqua; ma perche questi essemi non sono ne leciti, ne ragioneuoli

REGOLE DELLA SANITA. 839

ragionevoli, ne tampoco christiani, per questo me ne passo à più veri rimedij.

Leuato l'otio, bisogna occupar gl'incanti giouani come si debbono nelle virtù, & honorati essercitij, nelli studij delle no occupar li buone lettere; accioche nel loro cuore non pigli posses- giouani, so questo amore volgare; perche trouando il luogo occupato dell'amore delle virtù, non haurà campo di potersi fermare, non potrà star saldo alla fronte del suo nemico, e quando pur hauesse già il lasciuo amore infiammato il cuore, con l'occuparse in qualche notabil impresa, vsciranno le chiuse fiamme, e lo lascerà in pace; dando luogo all'amor casto, & honesto: chi pigliasse vn vaso pieno d'acqua, e poi vi mettesse dentro molte pietre pretiose, bisognaria ch' vscisse l'acqua per dar luogo alle pietre; sono le virtù pietre pretiose, l'acqua è la lasciuia, vaso, è il cuore, quando nel cuore si mette la virtù, e le gemme delle scienze, conuiene che ceda l'acqua del vitio. Il Mercurio à forza di fuoco s'abbraccia con l'oro, & con la forza d'altro fuoco fugge dall'oro, oro è il cuore; Mercurio è l'amor lasciuo, il fuoco sono le virtù, & il vitio il fuoco della virtù lo caccia; & il fuoco del vitio lo vitiene, e lo stringe; mà molto più gioueuole sarà stano l'amor l'occuparsi nelli spiritali essercitij delle meditationi, casto. e contemplationi delle cose celesti, della grandezza del regno de' Cieli, della bellezza dell'anima nostra creata ad imagine di Dio, dall'altro canto considerat l'horrore dell'inferno, l'attrocità di quelle pene, l'horrenda è spauenteuole compagnia di Diauoli, e finalmente la miseria nostra, e dire che siamo noi miseri, altro che terra, e fieno, omnis caro fœnum, terra es, & in terram ibis, Che vogliamo offender Dio, macchiar l'anima, perder il Paradiso, e metter nel-

Essempio.

Essempio.

Come s'acqui.

842 REGOLE DELLA SANITÀ.

Plinio.

L'Inferno questa anima, che Iddio hà creata per il Cielo: à questo modo si spegnaranno le fiamme d'amor lasciuo, come racconta Plinio nel fine del secondo libro della natural historia, del fuoco qual si troua in Licia, nelli monti Effesi, ch'abbruggia tutte le cose etiaudio le pietre, e non si può estinguere, ne con acqua, ne con altro, saluo che co'l metterli sopra terra, e fieno: sarà anco più gioueuole il legger libri spirituali, il tenere la conuersatione de' Padre Theologi, d'huomini timorati d' Iddio, di deuoti religiosi, e sopra ogni cosa il confessarsi spesso; perche per la confessione si risana l'anima da' peccati, e da questa ne nasce la sanità del corpo.

Altra cura
dell'amor ve-
nerico.

In altro modo si cura questa infermità, mettendo auanti gl'occhi del misero amante, l'infamia, & il dishonore ch'acquista, il timore: la bruttezza, e la sporcizia, ch'egli ama, qual si dourebbe fuggire, sendo oggetto sozzo, lordo, e schifoso: come si legge di quel memorando effempio di Hipasia Herroina, di volto bellissima, e d'ingegno purissima, la cui bellezza haueuano fatto ardentamente innamor vn'incauto giouine, & ella per disnamorarlo, sotto alle riccamate vesti, vi cinse vna tela di menstruoso sangue sporcata, e mostratela al giouine le disse. Istud quidem amas adolescens, nihil autē pulcrum, e à questo modo fù risanato: A Raymondo Lullo fù dalla sua amante monstrato, vna mammella co'l male del cancro attaccato; e lo risanò dall'infermità d'amore, & egli poi gli rese il seruitio riceuuto, risanandola dalla infermità del cancro.

Essempio.

Raymondo
Lullo.

Altro rime-
dio.

Il tempo, è medico d'ogni dolore, il non veder, anzi star lontano dal troppo amato oggetto, il fugarlo sarà ottimo rimedio; perche nodrendosi egli di sguardi, di

REGOLE DELLA SANITA. 841

di, di ragionamenti, d'otio, di lasciuu diletti, mancando queste cose mancano le sue forze, non potrà seguitarfi, e sarà forza, che sciolto resti da suoi lacci, come dice il Poëta.

Magnum iter ad doctas proficisci cogor
Athenas.

Vt me longa graui soluat amore via.

Per questo ben si dice, che tre cose fanno la medicina d'amore. Il tempo, la lontananza, il cangiare oggetto.

Il regolato modo di viuere, e la buona educatione sono ottimi rimedij, n'habbiamo l'esempio di quei antichi Filosofi, di quei legislatori sapienti, quali reguano le schole, le academie della sobrietà, come fece Licurgo à Lacedemonij: gli Rè de Spartani dauano vn cibo, che generaua nausea, à chi lo pigliaua senza bisogno, e pasceua, e satolaua i famelici: e Crate Thebano, secondo che scrue La rtio, altro rimedio non daua à gl'amanti pazzj, che la fame, il tempo, & il laccio; mà sendo questo ultimo rimedio da barbaro lo lasceremo, cōfirmādo per ottimo rimedio la dietà, i digiugni, le orationi, l'innocatione dello Spiritosanto, & altre cose, come sopra habbiamo detto, e finalmente perche le infermità sono varie, e diuerse, quali anco diuersamente affligono il corpo, per questo potrà l'eccellente Medico, curarle con i rimedij ordinarij, secondo la varietà de gl'accidenti.

Ottimi rimedij l'amor uenero.
Essempij.

DELL'IRA.

B Enche paia, che l'ira sia propria de gl'huomi-
ni solamente, ad ogni modo io ritrouo, che si

Aaa 3

troua

*Ira d'Iddio co-
me s'intenda.* troua ancor in Dio, come vogliono i più dotti Theo-
logi, non già che per quella s'intenda in Dio passio-
ne perturbazione; ma solo intender si debbe l'es-
ecutione della sua diuina giustizia, con la quale pu-
nisce i peccatori temporalmente, castigandogli, o ve-
ro condanandogli eternamente: vene anco chiamata
l'ira di Dio, ira di zelo la quale sempre si muoue
per qualche buon fine, e per questo Iddio per il ze-
lo, e per l'amore che portò al genere humano glì
diede le sue diuine leggi, per castigo di quei empj,
quali non si contentauano di viuere conforme al drit-
to della ragione. Questa m'imagino fosse l'ira, e lo
zelo di Christo, quando co'l flagello di cordicelle cac-
ciò i mercanti del tempio, e disse, zelus domus tue
comedit me. Questa è anco ne' Sommi Pontefici,
Imperatori, Prencipi, e Republiche, quali conforme
alle loro leggi, e statuti castigano gli delinquenti;
Questa è l'ira de' Predicatori, verso gl'audienti: de'
Padri, verso i figliuoli: de' Padroni, verso i serui-
tori: de' Mastri, verso i scolari; Questa ira è gioue-
nole se bene pare minacciosa; perche con l'arden-
tissimo affetto del zelo, induce all'obediienza, & alle
virtù, i più disobedienti, e vitiosi; Questa dice Ga-
leno nel libro, de cognoscendis, & curandis ani-
mi morbis; è lodeuole; perche, castiga con fermo
giuditio, considerando il tempo, e misurando il casti-
go; onde si legge d'un Filosofo, quale era in contra-
sto con vn suo nemico, li disse, occiderem te, nisi
iratus essem tibi; per ilche ci da ad intendere, che
il castigo non si debbe dare, se non quando l'huomo
hà l'animo quietto.

*Ira de' Ponte-
fici, Imperaso-
ri, &c.*

Ira giouenole

Galeno.

Ira lodeuole.

Aristotile.

L'ira humana secondo Aristotile, nel libro della
Rethorica, è vn appetito, o vero vn bollimento di san-
gue,

REGOLE DELLA SANITA. 843

gue, intorno al cuore, con ardentissimo desiderio di far vendetta, e questa è detestata da tutte le leggi; per-
che è un fonte da cui scaturiscono l'acque de tutti i
mali, all'animo, & al corpo insieme: Perche
questa (come dice il Passi) partorisce, liti, guerre, sedi
Passi.
tioni, homicidij, tumulti, calamità, souersioni, e già si Effetti dell'i-
ra, che le figliuole dell'ira, sono l'odio, la lite, la guer- ra humana.
Figliuole del-
ra, l'incendio, l'homicidio, la rapina, & è tale che qua l'ira.
do s'impadronisce d'uno, lo precipita in tutte le scele-
ragini. Qui ad indignandum facilis est, erit
ad peccandum procliuor; Così si legge ne' pro-
uerbij à cap. 29. e lo riduce à così mal termine, che
lo fa impazzire, come dice Epicurro. Irramino.
Epicurro.
derata gignit infantiā, come dice il Moral Catone, Catone.
impedit ira animum, ne possit cernere verum;
per questo resta senza giuditio, senza discorso, senza
consiglio come ben dice Seneca, duo impediūt con- Seneca.
siliū, scilicet festinantia, & ira, e per ultimo can-
gia l'iracondo in bestia; perche lo fa simile al Cin-
similitudine.
giale, quale con tanto impeto camina, quando è adi-
rato contra al cacciatore, che da se stesso s'infilza: si-
mile al Leone, che con tanto impeto d'ira segue il Leo-
pardo, che si caccia nelle sue tana, ne più può uscì-
re, & il Leopardo per la parte di dietro gli dona la
morte. Ouerò diremo, che lo cangia in bestia, ò li
fa fare atti bestiali, come fece Aiace figliuolo di Te- Aiace.
lamone, quale adirato perche gli fu preposto Ulis-
se p premio dell'armi; il di Achille, entro in vna ma Achille.
dra di bestie, e le uccise, e finalmente fece l'atto be-
stiale di uccidersi se stesso, come elegantamente scri-
ue l'Anguilara in questi versi.

Fù l'huomo inuitto al fin dal dolor vinto,
E tratta fuor la spada, irato disse,

A 12 4

E mia

844 REGOLE DELLA SANITA'.

E mia quest'arme? ò col parlar suo finto.
 Quest'ancor vuol per i suoi meriti vllisse.
 Quest'aciarmio, del Frigio sangue tinto.
 Che mi dietant'honor in tante risse.
 Il petto inuitto mio priui dell'alma.
 E sol d'Aiacc, Aiacc habbi la palma.

Effetti dell'ira. O che atto bestiale! fù simile all'Ape, quale cò tãto
 pe, quando pò. impeto ponge, che li lascia gl'intestini; mà che diremo
 80. di quei huomi iracòdi, et inhumani, quali per rispetti

Infelicità de' fatti crudeli più de tigrì, si pascono d'humane car-
gl'iracondi. ni, sendo il loro cibo ferite, e morti d'huomini; Onde

ne segue la perdita dell'honore, della robba, il conti-
 nuo pericolo del corpo; e tal volta diuenendo assassi-
 ni, meritando per le leggi l'ignominiosa morte della
 forza, ad almeno l'incatenameto della galea, e le per-
 cosse de crudeli lagozini; per non cadere nelle mani
 di chi li hà da condannare, caminano giorno, e notte,
 dormano in aperta campagna, e più presto diuenta-

Crudeltà d'ira- no fiere, che prigionì; D'iracondi n'è pieno il Mondo, e
racondi è più, no fiere, che prigionì; D'iracondi n'è pieno il Mondo, e
e meno, secon- secondo la diuersità de' paesi, sono più, e manco cru-
do i Paesi. delli; frà gl'altri io stimo crudelissimi; quelli che

nelle loro Prouincie, e Città, vsano di conseruare le
 camise insanguinate; per irritare alla vendetta, i
 figliuoli de' morti: nelli stati del Piemonte sono gli
 huomini per lo più di sangue dolce; & amoreuole,
 amici di tutti, facili al perdonare; perche viuono

Serenità. Du- secondo il commandamento di Dio, & come il Sere-
ca, e Prencipi, nissimo Duca, e Prencipi suoi figliuoli, quali sono tã-
specchi di pie- ti specchi di mansuetudine e pietà. Chi dunque è
 81. L'iracòdo per- iracondo deue essere rifiutato, come si legge nell'Ec-

che si deue ri- clesiastico, Cum iracondo non facias rixam, &
stare. cum audace non eas in desertum: quoniam
 quasi

REGOLE DELLA SANITA. 845

quasi nihil est ante eum sanguis, Et vn Poeta.
 „ Conturbat, vitam decurtat, iurgia gi-
 gnit.

Ira fugat socios, ac mala quæque parat.

Per fuggir dunque simili fiere, sarà bene dar i Segni p quali
 contrasegni da conoscerle, acciò ciascuno se ne possi ^{se} conoscere
 guardare, gli vedrete dunque, quanto all'animo gò- ^{gl'iracondi.}
 fu, maldicenti, superbi, e nell'intrinfeco colmi di pre-
 sentione, fanno la ruota come tanti Pauoni, paiono
 d'ingegno acuti, e sottili; mà sono precipitosi, & in-
 stabili, sdegnosi, sospettosi, facili al credere, huomini
 di prima impressione, sensitiui, & impatienti, e tali
 che per ogni minimo sospetto si muouono, e sono
 come dice il Quercetano, simili à quelli che patisco- ^{Quercetano}
 no la chiragra, quali cominciano à gridare prima, ^{Similitudine.}
 che siano tocchi, ò vero à quelli che patiscono il ti-
 zillato, che co'l cenno solamente si risentono, e nel- ^{Segni nell'as-}
 l'atto dell'ira si cangiano nel volto, à guisa di tanti ^{so dell'ira.}
 Camaleonti, con molti colori, ò vero à guisa de' Leo-
 pardi si vedono dipinti, con i colori di sdegno, e di fu-
 rore, portando nella fronte scolpita l'empietà, ha-
 uendo gl'occhi scintillanti fuoco d'ira, le ciglia inar-
 cate, e gli capelli rizzati à guisa di tanti Tori di
 Mauritania.

L'ira per se stessa è infermità, mà tanto graue, ^{L'ira genera}
 che ne genera molte altre; perche mouendosi ella dal ^{molte altre in}
 cuore, per il moto della colera, & agitati gli spi- ^{fermità.}
 riti, come fa la procellosa tempesta nel mare, muo-
 ue anco tutto il corpo: questo moto riscalda il san-
 gue, e tutti gl'altri humori, e perche la colera, come
 più sottile, & sulfurea, più facilmente s'accen-
 de in questi furiosi, & iracondi; perciò da questo ^{Effetti dell'ira}
 affetto, ne nascono febri ardenti, acute, maligne, ter-
 ra.

Zane,

zane, pleurisie, e tutte le altre intrinseche infiammagioni: causa ancora vomiti, la colera morbo, che in breue tempo amazza, dysenterie, passion collica, & iliaca; Perturba tal'hor tutto il corpo, e lo rende iterico, & quando è in moto, fa tal volta nel corpo,

Effetti del Mercurio, & Antimonio. l'effetto del Mercurio, e dell' Antimonio, quando è preso per bocca: e nelle parti esteriori genera erisipile, fuoco Persico, Serpighini, vna specie di lepra chiamata Nomica, e per fine dirò quello che dice il

S. Gregorio. Morale Gregorio al quinto; perche parla non da dottissimo Theologo, come era; ma si bene da Eccellentiss. Medico: dicendo, Ira sua stimulis accensum corpus palpitatur, corpus tremat, lingua se impedit, facies ignescit, exasperantur oculi, & res notae non cognoscuntur; hor poiche l'infermità, è tanto graue cominciamo à curarla.

Varie sono le cure dell'ira. Secondo la varietà de' temperamenti, si cura l'infermità dell'ira; perche chi ha il cuore grande, e le arterie spaciose, ch'è humido facilmente si muoue all'ira, e facilmente si tempera, come per la più sono le donne; Altri temperamenti si vedono più difficili, & in loro l'ira fa l'effetto del cancro occulto, che à poco, à poco v'è rodendo, e consumando; perche come dice il Petrarca.

Ira è breue furor, mà chi nol frena.

E furor longo, ch'l suo possessore.

Spesso à vergogna, et al'hor à morte mena.

Plutarco d'ira. Di simile natura scriue Plutarco, ch'era Catone. Sono vari, e diuersi gl'effetti dell'ira, e per questo varij, e diuersi rimedij se gli conuengono; l'iracondo tal'hor offende vrtando insolentemente, e mettendo le mani nel sangue del suo prossimo, tal'hor scriuendo lettere, e cartelli infami: lacerando l'opere altrui, con scritti,

scritti, tal' hor maledicendo, detrahendo, mormorando, e pungendo con la velenata lingua, senza alcun ritegno le honorate azioni del' prossimo suo, come si dice per prouerbio. Non è al Mondo fuoco più ardente, che la lingua maldicente; non es fuoco che mas arda, che la lingua che malabla.

Questi non si ponno curar con altro, che con esem. *Curationi sepi morali, con la longa prattica d'huomini graui, & condo. Galeno.*
d'integrità: come ancora dice Galeno nelli citati libri, impareranno a diuentar buoni, e gli giouerà molto il considerar la bruttezza dell'ira, annouerata trà i sette peccati mortali, e gl'inconuenienti, ne' quali tiral'huomo: e poiche il peccato si scanzella co'l vedere la bruttezza sua ne i libri sacri, e co'l confessarsi; *Esortationi del' autore, sa- luzzi.*
per questo io gl'essorto anco a leggere libri spirituali, e confessarsi spesso, che questo sarà il più vero rimedio; l'altra via più sicura son l'opere di carità verso il prossimo.

Chi desidera vedere molti essempli morali, potrà *Varj esempj*
leggere il Theatro della vita humana, massime il Corretto, il Dieteticon del Quercetano. Giuseppe Passi da Rauenna; & i sopra scritti Autori, io ne metterò *Autori.*
solo alcuni pochi, per dar fine gustuole a questo capo. Athenodoro Filosofo, diede per consiglio ad Augusto Imperatore, che mai s'adirasse, che prima non *Esempio d'Athenodoro Filosofo.*
hauesse numerate le vintiquattro lettere dell'Alfabetto Greco; per dargli ad intendere, ch'è cosa indelicente ad vn Imperatore, o Rè, o Principe l'adirarsi: *Ad Augusto Imperatore. Notab.*
sendo che nell'ira più tosto si mostra temerità, che *Esempio.*
sapienza; Pericle Atheniese nell'ultimo de' suoi giorni, di altro non si gloriua, che della sua pietà, temperanza, clemenza, e benignità d'animo: dicendo a suoi *Memor. Pericle. Atheniese.*
amici, *Observastis me, totum vite meae curriculum;*

Esempij So- lū, & probè examinastis, & quod præcipuum,
crase. & laudabile, de quo gloriatur, hoc est, quod ne-
 mo attritus de me vnquam expostularit; di Pla-
 tone si legge, che mai s'è veduto adirato, per l'ingiu-
 rie riceuute da Dioniggio Tiranno; Aristippo ripre-
 se vna volta l'istesso Dioniggio, & egli sporcamente
 gli spudò in faccia, & Aristippo senza alterarsi pòto
 rispose, Si piscatores irretiant facilè, imbres
 aquarum perferunt: molestum mihi esse non
 debet, si in piscando rhombo parum humectet.

D'Antigono Antigono sentendo la mormoratione de' suoi soldati
 li disse solo; flebitis ni longius semoti de me mala

Di Celio. loquimini; E Celio nel lib. 21. c. 28. dice che sentendo
 l'istesso Antigono vn'altra volta mormorar di notte
 temperò la mormoratione del suo essercito, e gli disse,
 nunc maledicite Antigono, cuius viuis in has
 miseras incidistis: sed ei benè optate, q vos ex
 ea voragine eduxit: gli Pelloponesi in càbio de' be-
De Pellopo- nefici riceuuti da Filipeo Rè di Macedonia, ne i gioc-
nesi. chi olimpici, gli fecero comedie, tragedie, e dicerie in
 suo hishonore, & essendo essortato à farne vendetta,
 saggiamente rispose, che non bisognaua prouocar gli

Di Lodouico maledicenti, acc: ò non dicessero maggior male: e frà i
Rè di Fran- più moderni habbiamo, l'esempio di Lodouico 12. Rè
cia. di Francia; il quale mentre era Duca di Orleans, ha-
 ueua riceuuto notabil disgusti, d'alcuni imprudenti
 gentil'huomini Francesi, sendo poi coronato Rè, fù
 d'alcuni poco timorati d'iddio essortato à farne ven-
 detta: & egli christianissimamente, e prudentemente
 rispose, che non era lecito al Rè di Francia, far le ven-

Del Sereniss. dette del Duca di Orleans. Non meno fù notabile
Duca Carlo l'esempio del serenissimo Duca Carlo Emanuel 11.
Emanuel nota- mio Signore, quando guerreggiaua in Provenza, es-
bile. sendo

REGOLE DELLA SANITA. 849

sendo auisato ch'il Merargues stipendiato suo, andaua al suo Padiglione per ucciderlo, egli l'incontrò, e nell'assedio. nel rendergli il saluto, con destrezza gli prese l'arma, con la quale haueua determinato fare il mortal colpo, e con volto ridente disse al traditore, ò che bel colpo io potria fare con quest'arma; A queste sole parole restò così confuso, e spauentato, che fù per cadergli morto auanti i piedi, e benche lo douesse far morire, come meritaua, ad ogni modo fù tanta la sua clemenza, che gli perdonò, e sicuro lo rimandò à casa sua. Altre tanta resistenza fecero all'ira gli Serenissimi Prècipi suoi figliuoli, l'anno passato 1617. De' Serenissimi Prècipi figliuoli notab. à Santia, quando che'l nemico procurò co'l mezzo de' traditori di leuargli la vita, ò almeno fargli prigioni, e mai furono veduti adirati; mà sempre còstanti, e forti, pigliorono quei spediti, che per giustitia, e clemenza paruero ragioneuoli: tralascio gl'esempi della scrittura sacra, e di tanti Santi, quali con inuita pazienza hanno superata l'ira de' barbari, e nemici, per insegnarsi à noi il modo di christianamente viuere, e star longi da i vitiij, e peccati.

DELL' ALLEGREZZA.

PEr tralasciare quelle allegrezze spirituali, et eterne delle quali trattano gli Padri Theologi, et anco quel gaudio, quale è vno de' sette doni dello Spirito santo, dico come Medico, che due sorti d'allegrezza si troua, vna interna, e l'altra esterna, e l'vna, e l'altra nascono da diuerse cause, se bene la prima allegrezza propriamente è de' buoni, e la seconda è de' cattiu: la prima allegrezza nasce dalla speranza di qualche gran bene d'auuenire, come il contadino si rallegra

850 REGOLE DELLA SANITA.

*interiore ; e
virtuosa.*

*Segni dell'al-
legrezza este-
riore.*

*L'allegrezza
estereiore cat-
tina: e virtuosa
come si cono-
sce.*

si rallegra delle sue fatiche, il soldato che valorosamente combatte in campo si rallegra de' suoi stenti; perche l'vno è l'altro sperano da quelle fatiche giongere alla quiete, e sperano anco di golderne il premio; tutti i buoni Christiani si rallegnano delle fatiche di questo Mondo; perche sperano per quelle giongere alle quiete, & al premio del Paradiso. Nasce anco dalli beni communi, & vniuersali, per i quali l'huomo ne sente interiore allegrezza. Come per essempro per l'ampliacione della Cattolica fede, per la prosperità del suo Prencipe, per li buoni auuenimenti de' figliuoli, parenti, & amici: questa è allegrezza virtuosa, & interiore, la quale tiene il suo seggio nel cuore; l'allegrezza esteriore si conosce dal volto lieto, dall'allegrezza rider benigno, e dalla gratiosa conuersatione, le quali rendono testimonianza di contento, e giubilo: V'è poi l'allegrezza esteriore, cattina, pessima, e vitiosa, & è allegrezza de' peccatori, e mondani, alla quale segue l'eterna tristitia, come si legge ne' prouerbi al 14. extrema gaudij luctus occupat, & auuiene à loro come alle Syrene, quali cantano nel tempo sereno; mà quel canto mostra essere loro vicina la tempesta del mare. Questa è l'allegrezza terrena, per la quale gl'huomini si rallegnano non delle cose eterne; mà sì delle terrene, non in Dio, mà nel Mondo, non d'allegrezza spirituale, mà sì d'allegrezza sensuale; come l'auaro che più si rallegra d'un poco di bene temporale, che dell'immenso bene eterno, come il lussurioso, che à guisa di porco, più si rallegra di star nel fango della carnalità, che nell'acqua chiara delle gratie, come gl'inuidioso ch' à guisa di Delfino nel mare di questo Mondo, si rallegra della tempesta. & auersità, che della serenità, e tranquillità del prossimo;

REGOLE DELLA SANITA. 851

prossimo; per questo io stimo molto vitiosa l'allegrezza di coloro, che giubilano per la morte, o disgratia del prossimo loro; Scrive Suetonio, che Roma fece allegrezza, per la morte di Nerone, & il Senato per la morte di Domitiano. Cuspiniano scrive, che molte Prouincie fecero allegrezza, per la morte di Constante imperatore secondo, e benché paia, che queste allegrezze siano comportabili; perche quelli Imperatori erano crudeli, tiranni, e pieni di viti, e l'allegrezza loro era non per la morte della persona; ma si bene per la liberatione dalle tirannie, questo può admettersi a quei pagani, infideli, de quali peggiori sono i tiranni christiani, in questi nostri tempi infelici, che più si rallegnano nella oscurità, che nella chiarezza, più nel peccato, che nel merito, più nella colpa che nella gratia, e sono simili a i ladroni, ch' amano più l'oscura notte, che il chiaro giorno; perche in quelle tenebre hanno più commodità di saccheggiare, &c. *Amor fedeltà grande di Torino, e Piemonte verso il suo Prencipe.*
 cidere, e rubare. Torino e con esso il Piemonte, si mostrò in tal caso tanto fedele al suo, e mio Prencipe e Signore inclinato, quanto altra prouincia della Christianità. Poiche sendo sparsa vna voce falsa dell'anno 1611. che fosse stata data morte à S. A. Sere-
 niss, da vn Francese, ne fece nell'istesso tempo gran pianto; & insieme risentimento, con l'armi alla mano, et essendo caminata la voce per il paese, ovunque si trouauano Francesi erano à furar de popoli fatti prigionieri, e ritenuti, sino fosse chiarito il fatto, e nella Città di Torino non solo erano fatti prigionieri i Francesi; ma erano anco mal trattati quelli che in quel impeto di popolo, si trouauano in habito Francese se bene erano d'altri paesi: argomento grande della clemenza, e benignità di Prencipe tanto catolico, e d'a-
 more,

852 REGOLE DELLA SANITA.

more, e fede de' popoli verso il loro patrone; E vitio.

Allegrezza virtuosa può diuentar vitiosa. nando all' allegrezza virtuosa, dico che può anco diuentar vitiosa, e per questo deue essere temperata; perche la soprabbondante, & estrema può cagionare vna impensata morte, come si legge di Crysippo,

Essempj di Crysippo non ab. quale vedendo vn' asina mangiar fichi, morse ridendo; Zeusi mirando fissamente la pittura d' vna vecchia fatta con le sue proprie mani, crepò ridendo; Sofocle Poëta tragicò per le molte vittorie ottenute, morse d' allegrezza; Filippide Comico Atheniese morse d' allegrezza, vedendosi all' improvviso incoronato, senza che di ciò sperasse, come ancor chiaro si legge ne gl' essempi portati dal dottissimo Benzo. Deuono dunque i giouiali temperare le loro allegrezze, acciò non cadino in infermità, & in vn subito perdino anco l' istessa vita.

DEL TIMORE.

Timore.

Vanispecie di timore.

Questo nome timore, è nome generico, quale sotto di se contiene molte specie, cioè il timor naturale, modano, humano, seruile, in tiale, e filiale: il trattato di queste specie, parte s' appartiene à Filosofi, e parte à Theologi, per questo io pigliarò solo quello che alla mia professione s' appartiene, e lasciarò à ciascuno la sua parte.

Timor naturale.

Essempj.

Il timor naturale, è quando l' huomo teme la morte naturalmète, e tutte le cose, che li sono nociue, questo timore, è in tutti gl' huomini, e nell' istesso Christo, qual naturalmente temeu la morte, come si legge in S. Marco 14. Cæpit Iesus pauere, & tedere. Aristippo Filosofo, trouandosi in vn pericoloso naufragio temè di morire, & essendo schernito da vn soldato

REGOLE DELLA SANITA. 853

soldato, che li disse ch' il timore non era cosa da Filoso-
sofo, saggiamente gli rispose, ch' egli era stato solecito
per l'anima d' vn Filosofo, & in questo era differen-
te dal soldato, qual non hauena hauuto timore per l'a-
nima d' vn cattiuo: questo è il natural timore, che hà
l'huomo de' serpenti, rospi, ragni, tigri, pantere, &
altri animali, quali sogliono offender à morte, come
anco hanno li animali irragioneuoli trà di loro. Il ca-
ne, e l'agnello temeno il lupo, il pulcino teme il nib-
bio, & i più piccioli uccelli temono il falcone, da
questo timore è difficil cosa, che l'huomo se ne possa
liberare.

Il timor mondano, è delle cose mondane, terrene, *Timor monda-
no.*
e transitorie, & è vitio tale, che fa stretta amicizia
con gl' altri vitij, sendo chel' auaro sempre teme d' es-
ser pouero; el' ambizioso di perder i suoi honori, e di *Effetti del ti-
mor mondano.*
essere vituperato; il lasciuo d' esser abbandonato, il go-
loso di non poter si satiare, l' inuidioso d' hauer compe-
tenti pari e superiori: à questo capo si può ridur
quel solito timore, che si hà di perder le liti, gli be-
ni di fortuna, della morte de' parenti, & amici, da
quali speriamo qualche cosa. Questo timore cagio-
na vn infermità molto pertinace; perche nelle altre
leuando la causa, si leua l' effetto, e si risana l' infer-
mo; mà questo timore senza causa affligge l' huo-
mo, non solo delle cose presenti; mà anco delle passa-
te, e segue l' huomo nella maniera, che l' ombra se-
gue il corpo.

Altro timore nasce da mancamento, e difetto di *Timore, che
nasce da difetto.*
natura, come quello di Calligola Imperatore, qual nasce d' ascon-
dersi ne' luoghi sotterranei, per non sentir il furore del
trono, come quello de' pazzi, quali cercano d' ascon-
dersi ne' sepolcri: come Dario quale di notte hauena *Effetti del ti-
mor mondano.*

Bbb

tanta

ligola Impera tanto timore di quelle anime, i cui corpi erano morti
ore, &c. in guerra, che si deliberò di non più guerreggiare:

come Alessandro, quale temeva d'incontrarsi nell'anima propria, o come Zenone Filosofo, qual temeva tanto il latrato de cani, e diceua, per difficile est hominem prorsus exuere, Volendo accennare, che non è huomo tanto forte, e costante, che non sia sottoposto alle passioni.

Quercetano.
Timore aduentitio.

Vn'altro timore io ritrouo dal Quercetano chiamato aduentitio, o sia accidentale, e questo altro non è, ch'vna opinione dell'impendente male, qual pare, che s'ij insopportabile, o vero è vna cauzione senza ragione, questo è generato da humor melanconico, qual da se stesso è negro, & abbondante, e tanto cresce, che occupa la cella, o sia stanza della fantasia, & occupata gli genera timore, come si vede in molti melanconici, quali nella loro deprauata mente, hanno sempre scolpita la paura, quale poi genera diuersi accidenti, e di questa ne scrive Hippocrate, Si metus, & mestitia longo tempore tenet, melanconicus est affectus. E così hauendo questa passione imperio sopra i melanconici, gli fa la mente renebroso, e per lo più sono sottoposti a tal timore, i freddi di natura, i melanconici, le donne, e quelli che nella fanciullezza sono stati da Padri, Madri, e Baile mal allouati, & educati, con parole querulose, e di spiriti maligni, e di nomi brutti, e nelli loro fanciulle schi pianti sono stati spauentati, con imagi brutte, fatte con arti di mano nel muro dell'ombra, co'l transuestirsi in habiti brutti, & odiosi, co'l proporgli il folceto, il seluano, la calcauecchia: i cui nomi soli sono spauentosi, e restano impressi nella genera mēte de' bambini, nella maniera ch'el sugello re-

REGOLE DELLA SANITA. 855

lo resta scolpito nella cera molle, e per quelle false
 imaginationi restano tutto il tempo della vita loro ti-
 midi, cogitabondi, & vili, & per ogni minima cosa si
 turbano, come si vede di quelli che sentendo solo
 nomar l'inimico si spauentano, & anticamente nel *Essempio,*
 tempo, che Breno Francese passò in Grecia, per con-
 seruar il Tempio Delfico, fu dal demonio inuitato ar-
 tificiosamente vn timore, che si chiama Panico, o Timor panico.
 sia timore senza causa, il quale come sc. iuono Pau- *Essempij notab.*
 sania, e Giustino Historico, era tanto spauentevole,
 ch'atterriua gl'animi de' soldati, e si legge anco, che
 Vniade Capitano de' Turchi, era tanto spauentevole
 il suo nome, che le Dòne quando volean atterrir i lo-
 ro figliuoli, diceuano che Huniade veniuq; deuono di- *Come si caccia*
 que i padri, e chiunque hà cura de' fanciulli, essere au- *questo timore,*
 uertiti d'alleuargli bene, & imprimerli nella mte
 imagini d'Angioli buoni, d'allegrezza, e di virtù.

Questo timore h' molti rami, cioè la pigrizia, la
 vergogna il terrore, e la paura, l'essanatione, la con- *Rami del ti-*
 turbatione, & il spauento, quali diuersamete parto- *mor.*
 riscono diuersi accidenti, come la pallidezza del vol- *Accidenti,*
 to; perche ritirandosi il calore nell'intima parte del *che partorisce*
 corpo le parti esteriori ne restano priue, & ne segue *no li souades*
 la palidezza; il tremore per la debolezza de' nerui: *si rami.*
 l'inuolontaria espulsione della fece, e dell'vrina, per
 la debolezza de' muscoli, che seruono, à quell'offitio,
 come anco del seme, per la retrattione de' testicoli; il
 tremor della voce, & il battere de' denti, e delle labra
 inferiori; perche sendo il petto, & il pulmone abban-
 donati dal calor naturale restano freddi, e non posso-
 no fare l'offitio loro: il rizzamento de' capelli; per-
 che per il timore si constipano i meati de' pelli; L'eva-
 cuatione della colera; perche assondendosi il calore

l'assottiglia, e la sparge, e per ultimo da questi accidenti ne segue tal hor l'inopinata morte; come si legge nell' historie di tanti, quali per vna cattiva nuoua, ò per inapensato disgusto, assaliti da questo timore sono morti, & è come il carnefice, che conduce il ladro

Esēpio notab.

alla forca, ò il reo, à tagliarli il capo; E noi habbiamo l'esempio di quel seruitore del Serenissimo Sig. Duca nostro, qual poco fà giocando alla palla co'l Sereniss. Principe nostro di Piemonte Vittorio, sendogli per sua disauentura scapata la palletta dalle mani, andò à ferire il benigno suo Signore nel capo, sino al pericraneo, & esso intrepido, e corragioso, vedendo l'accidente non per mette, che gli fosse fatto alcun spiaccere, cò tutto ciò detto seruitore assalito fù da tanto timore, che subito gli saltò la febre, si pose à letto, e morse, e per saluarlo non gli giouorono, le sicurezze fattali, ne' soccorsi datili per risanarlo di tal infermità dalli Sereniss. Padre, e Figliuolo, sì che ogn' vno si deue guardare da questo timore, che tanti danni cagiona al corpo, & all'anima insieme, e deue cercare d'hauere quel timore, ch'è dono di Spiritosanto, per il quale si dà la salute del corpo, e all'anima.

*Vero timore
qual sia.*

*Come si cura
questa infer-
mità.*

Esēpio.

*Esēpio del
Sereniss. Du-
ca notab.*

La cura di questa infermità, si farà facilmente se si metteranno auanti le menti languide, gl'esempj d'huomini forti, e constanti secondo la varietà de gli accidenti, come d'un Fabricio ambasciatore de Romani, e Pyro, Rè de Epyrotti, quale per prouar la sua fortezza, fece ascondere vn' Elefante dietro vn tapeto quale co'l solito urlato uscìo gl'andò incontro, e Fabricio senza alcun timore, si volto al Rè, egli disse, neque aurum tuum heri ò Rex: neque Elephas tuus hodie me perterrefecit. Più fresco esempio habbiamo del Serenissimo Carlo Emanuele, inuitto

REGOLE DELLA SANITA. 857

innitto Duca di Savoia, quale sendo in Asti il giorno, che terminar si douea la pace, co'l potentissimo Rè di Spagna, per via di Don Giouan Médozza, Gouvernatore di Milano, non ostante, che gli fosse la tregua, ad ogni modo le furono sparati alla volta del suo palazzo, i più grossi canoni; pensando di coglierlo nel più sicuro, e fecero colpo tale, che lo coprirono di mattoni nel letto, & vn matrone ferì à morte l'aiutante di Camera, chiamato Pier Francesco Auogadro, Cavalier de SS. Lazaro, e Maurizio. quale cominciò à gridare ohime, che son morto! all'hora il serenissimo Duca senza alterarsi punto, le disse sù sù, animo, sette viao; perche i marti non parlano; intrepido anco si fece vedere in tutte le sue ationi, & in particolare nelle guerre d'Asti, e di Vercelli, quando con tanto valore in capo al suo picciol essercito, hor valorosamente azzuffaua il suo nemico, e lo superaua; hor resisteuà alli furibondi assalti, che li veniuano fatti, talmente che con otto milla fanti, in diuersi assalti sotto Asti, cōsumò l'essercito nemico di treeta milla fanti, e tre milla cauali, e con altro debil numero à Vercelli due volte, & in Monferrato ripotò vittoria anco dell'istesso, più volte facend'lo ritirar nel suo stato.

Si guarirà questa infermità se si proporà al timido, la quiete dell'animo, quale dal timore gli viene rubata, per mantenerlo in continua afflitione, e infermità. Come si guarisce, questa infermità.

miseria, crucciandolo inanti tempo, forsi anco di quello, che l'huomo non può fuggire, se anco se gli metterà, inanti gl'occhi li suoi difetti, e le offese fatte à Dio, per le quali s'è fatto degno di castigo, che perciò Dio lo vuole tenere nel timore suo, co'l traualgio, per dargli anco occasione di raccorrere anco da sua Diuina Maestà: giouaranno anco molto le orationi de' religia-

Bbb 3

si, e

858 REGOLE DELLA SANITÀ

si, e de' deuoti, le opere di misericordia fatte dall'infermo, il pensiero della morte fine di tutti i mali, dilche n'habbiamo bellissimo esempio d'un pagano, oltre à quelli de' Christiani.

Esèpio d'Antigono.

Antigono era Pagano, & in sanità mai pensò nella morte, cadè finalmente in vna graue infermità, e all'hora disse, bora si che dal male io conosco, che sono mortale, detto veramente da tutti notabile, & in particolare da noi Christiani, quali facendo l'opere, teniamo per sicura l'eterna gloria, sapendo ch'in questa vita non si troua felicità alcuna: si che il mezzo di golder la vera felicità sarà la morte, quale da quelli che da più graui infermità, come sono le apopleisie, e paralisie sono assaliti, più che dalli altri viene desiderata. Piaccia dunque al Signore, che tutti moriamo di quella morte, che ordina alla eterna vita, dalla quale si legge, Pretiosa in conspectu domini mors sanctorum eius.

DELLA TRISTITIA.

Diffinitione della tristitia.

LA tristitia è vn dolore, che tormenta l'animo, per qualche male presente, ò vero è vna dolorosa paura, concepita nell'animo per qualche imminente, e prossimo danno; qual paura nell'animo concepita, comunica la sua passione al cuore, perturba la mente, peruerie il giudicio per li dolori presenti, offende le facoltà animali, e minaccia tutti i sensi intrinsecchi, & estrinsecchi, impedisce le funtioni del corpo, e con la sua malignità, perturba anco la facoltà imaginaria, debilita il ceruello, rende l'huomo in-

Due sorti di tristitia.

fermo, lo cruccia diuersamente tanto, che rende molta difficoltà al Medico, che hà da trouargli rimedio: due sor-

REGOLE DELLA SANITA. 859

due sorti di tristitia si trouano, vna è legitima, e l'altra adulterina, la legitima hà la sua radice nelle parti intrinseche, & è vna perturbatione, vn languore dell'animo, quale fa che l'huomo si ritira dalla conuersatione, e societa de gl'huomini, se ne va in luoghi solitarij, per potersi meglio attristare delle sue disauenture, come si legge di Bellerofonte.

Essempio di
Bellerofonte.

Qui solus miser in campis errabat Alceis.
Ipse suū cor edēs, hominūq; vestigia vitans.

Questa tristitia cagiona nell'huomo molti accidenti, inquieta il corpo, gli leua il sonno, lo rende tardo, e pigro, lo fa caminare co'l capo chino, in luoghifangosi, melanconici, & immondi, in luoghi sterili, e a vedere sepolcri de' morti, (oggetti tutti di tristitia) cagiona in loro distillatione di capo, lacrimatione d'occhi, otturazione d'orecchi, alli ragionamenti allegri, e consolatori. Gl'attristati mandano dal petto abbondanza de sospiri, fuggono la luce, ricercano luoghi ascosi, e spesso co le mani si battono lo stomaco, à guisa di adolorati penitenti: fa anco l'huomo liuido nella faccia, rugoso nella fronte, languido, debole, consumato, generando molti altri danni, come dice il Quercetano, Hæc porrò iniqua animi passio, vsque adeò ægrum fatigat, & in illum sæuit, vt rubigine ingenium illius conficiat, aciem mentis, & vires obtundat, e forti meticulosum, e viuido somnulosum, è quæ diligenti torpidum, & segne prorsus reddat. Denique vt stomachus male affectus, & nauseabundus in probum chylum cibos ingestos minus potest transmutare, sic cõfecti mællitia, facultatum animalium nullam probè norunt exercere functionem, & nullum ministerium. Quinimò si aliquando per iniuri-

Danni, che cagiona la tristitia.

Segni per quali si conosce l'huomo attristato

viam accidat, vt gliſcenti huic morbo, non occurratur, mens ſapius de ſua naturali fede, & imperio dimouetur, nunc homo ſtupidus, & velut ſaxea quædam Niobe redditur, nunc furor, maniaque corripitur. Da quali ſegni conoſcer ſi può l'huomo triſtato, quale da Chriſyppo è chiamato λύπην, cioè ſolutione di tutto il corpo; perche non è coſa, che più acceleri la morte della triſtitia anzi ſi può dire, che dona la morte molte volte; perche tiene l'huomo nel continuo timore, e penſiero di lei, lo ſcriue Galeno nel terzo, de locis affectis; Melancolici timent, merent, vitam damnant, odio proſequuntur homines; mortem timent, & tamen eam ſibi cōficiſcūt, lo prouano anco quei Medici, à quali appartiene di medicare tali melancolici pieni d'humori aduſi, e tartarei, ſortemente imprefi nel loro indiuiduo, e rebelli à naturali rimedij, quali chiamano più preſto la morte, che la vita, e non potendo conſeguire ne l'vno, ne l'altro gli viene; perciò da eſſi è poſta in compromeſſo la loro fama, deſcriuendo la longhezza dell'infermità loro, & il tedio della vita alla ignoranza del Medico, e non alla perzinaccia delli humori, à quali ſi richiedono rimedij ſopranaturali, eſempi Chriſtiani, e morali, e non rimedij ordinarij: eccetto in quei caſi, che il prudente Medico conoſcerà eſſer neceſſario il medicamento, la cui cognitione rimetto alla ſua prudēza: maſſime quando vi vedranno qualche cauſa congiunta, quale ſi poſſi lenare con la medicina.

Accidenti del timore.

Gl' accidenti di queſta infermità ſono, il polſo intercetto, per la interceptione della arteria, il polſo vermiculante, come hanno gli conſumati, dolor di ſtomaco, eſalationi, e ſolutioni, ruſti, gonfiamento di milza,

REGOLE DELLA SANITA. 861

milza, opilatione di fegato, ostruizione del mesenterio, abbondanza di spitti, ardor di precordi, gonfiamento di ventre, abbondanza de flati, quali rumo-
reggiano dentro, palpitamento, & oppressione di cuore, difficoltà di respirare; per l'oppressione del dia-
fragma, nella bocca humori tal' hor accidi, cagionati dalle pituita acida, tal' hor nidorosi; per il calor con-
comitante del fegato, appetito canino; cagionato da humor melanconico, emorroidi, e le donne passioni
matricali, appetenza de nuoui cibi; e siccità di ven-
tre, quali cose tutte sogliono affligger gl' animi trista-
ti e tutti questi accidenti, nascono da cause interiori, Origine de'
ò vero esteriori; le interiori sono la copia d'humori sopradetti ac-
atrabilarij, l'adulione della colera, & sangue, il nò cidenti.
regolarli secondo la ragione, l'essere troppo sensitivo, Cause interiori.
le cure troppo fastidiose, le vigilie indiscrete, le quali ri.
cose sono generate da nutrimento de' cibi generanti
tali humori, & in particolare dal pane di formento,
orzo, ò segala, quando è mescolato con il loglio, ò pan-
dola, ch'è specie di panico seluatico, la mala educatio-
ne, l'habitatione de' luoghi paludosi, e sequestrati.

Le cause esteriori sono, il cadere dalla gratia del Cause esteriori.
suo Prencipe, ò della sua republica, l'ingiuste perse-
cutioni delle corti, & altre, delle quali ragionando vn
dotto disse, Si vis pax frui, si vis gaudere quiete;
paucis contentus, & discas manere domi; è Ber- Renardo Pe-
nardo Penoto Filosofo dice, Aula vale, nihil est, q̃ noto.
metua cura fatiget, viuere priuatim me iuuat
aula vale, altre cause vi sono: come la perdita de' pa- Altre cause.
renti figliuoli, amici, moglie, le disgratie proprie, e
de' figliuoli, e figliuole, le liti, questioni, la perdita
de' beni di fortuna, impudicitia, gelosia, naufragij:
selonie, tempeste, morte d'animali, pesti, carestie, da-
bui,

Essempj d' A-
drasto.

Polydoro.
Virgilio.

Erene graui-
da.

Antigono Re.

Essempio di
Giustino mi-
nore.

Essempio d'ur-
sato Giustinia-
no.

Aristotile.

Della tristitia
adulterina.

bi, carigo de figliuoli, ingiustitie, prigionie, esili, pa-
tiboli di tutte sorti, rumori popolari, discordie civili
guerre con quei strani accidenti, che portano seco d'
sforzamenti, rapti, latrocini, ingiurie, percosse, feri-
te, battiture, aliectioni di sangue, quali finalmente
danno la morte, come si legge di Adrasto, quale ri-
tornando co'l suo essercito da Thebe a Magaro, sen-
dogli data la nuoua della morte d' Agesilao suo fi-
gliuolo morse di dolore, Polydoro Virgilio scrive, che
il R è Eduardo d' Inghilterra morse, per la morte di
Eduardo suo figliuolo d'ogni scienza ornato, Irene
sendo grauida morse sentendo l'infelice nouella di
Filippo suo marito; Antigono Re potentissimo, per la
sconfitta di Lysia fatta da Giudei finì in breue tempo
i suoi giorni, e vn dottissimo mattematico dell' Altez-
za di Sauoia, nell' Academia del Serenissimo Cardi-
nale, e Prencipe Mauilio l'anno 1615. trattando
della grandezza, e misura de' Cieli, si perdè di me-
morìa, e tanto s'attristò, che in breue tempo morse:
dice Cuspiniano, che Giustino minore, per la rotta ha-
uuta da Persi, stette in continua mestitia, e nel fine
perdetto la vita: l'istesso accadè a Ursato Giustinia-
no, generale de' Venetiani in vna guerra Nauale,
per vno infortunio: Aristotile per non sapere ritro-
uare la ragione del flusso, e refluxo del mare, cadè in
tanta tristitia, che si precipitò in esso: come anco Fil-
ta di 100, che consumo di rabbia, per non saper risol-
uere vn soffisma, & altri, quali alla presenza de'
Prencipi, & huomini dottissimi ragionando sono ri-
masi confusi, e per essa morti.

La tristitia adulterina, è quella che si fa con atti
& segni esteriori, rapresentanti vna certa mestitia,
quale però è lontana dal cuore, & è chiamata lutto,

& in

REGOLE DELLA SANITA. 863

E in altri luoghi dolo, cioè dolore, pianto, e mestitia
 della cosa occorsa. Questo era il pianto delli Egitij
 nella morte de loro Precipi, quali si vestivano di ve-
 sti lugubri, e piangendo cantavano le loro lodi, due
 volte il giorno, per settanta giorni, astenendosi dal
 mangiar carne, beuer vino, da lauarsi, vnguenti, da
 letti ornati, e dalle delitie della carne: da gli Egitij
 impararono i Greci, e da i Greci, i Romani, quali con
 cerimonie di Notulie, e di persone pagate per lagri-
 mare: sepelivano i loro morti, come dice Virgilio nel
 terzo dell' Eneida. *It clamor ccelo, clangorque*
tubarum; E Persio Poëta satyrico. Hic tuba,
candelle, tandè inque beatus alto; Composi-
tus lecto,

La consuetudine di piangere i morti, di vestirsi di *Consuetudine*
 bruno appresso i Christiani, è lodeuole, come anco fu *di pianger li*
 appresso gl' Hebrei; purchè la mestitia nasca dal cuo- *morsi lodeno-*
 re, che sia anco fatta con modo tale, che non passi cer- *le.*
 ti termini à Dio spiaceuoli.

E poi biasmenole la mestitia di quelli, che per os- *Mestitia bias-*
 seruar la consuetudine, si vestono di negro, e con atti *menole.*
 esteriori, danno segno di dolore, taluolta anco piangen-
 do, se bene il cuore gli ride come anco di quelli c' han-
 no costumi di pagar gente, che piangono i loro morti,
 come racconta Celio nel lib. 16. lec. antiquarum, e
 le chiama Chaxine, & Prelice; perche andauano
 auanti il cadauero, recitando i versi funebri fatti in
 sue lodi, come anco tal finto pianto, è usato in alcuni
 paesi, e ville. Noi dobbiamo solo fare quanto ne
 permette Santa Chiesa, senza finzione alcuna ad imi-
 tatione de' Santi e Sante, e di veri, e fedeli Christiani.

Tante sono le cure di questa infermità, quante, so- *Varie sono le*
 no le cause dalle quali ella nasce; ma la principale infermità, *cure di questa*
 somiè.

conuiene, che sia fatta da Dio, consolator de cueris
sconsolati; purché l'infermo s'aiuti della sua parte,
speccchiandosi nelli sopradetti, & altri simili essempli,
con la consideratione della felicità eterna, quale s'ac-
quista co'l mezzo de i trauagli, & infermità, à que-
sto modo pian piano s'andarà leuando dall'animo
gl'oggetti di tristitia, & andarà inestando quegli di
allegrezza, e gli giouerà anco molto leggere libri di
Theologia, di Filosofia, di leggi Civilì, ò Canoniche, di
cose morali, ò matematiche, secondo la capacità sua,
e questi non solo rissanano; mà fanno anco, come di-
ce Galeno l'ignobile, nobile, & il nobile, più nobile
fauorito, honorato da tutti, impiegato in negotij gra-
ui, e caro à Principi, e Signori grandi.

*Officio del Me-
dico.*

Il Medico deue poi dal suo canto consolarlo; con
parole dolci, e benigne, con essempli morali, proponē-
dogli gli danni, che gl'apporta, e con ogni miglior mo-
do farlo capace dell'altezza della ragione: qual si-
gnoreggiar deue l'afflitto senso, & il perturbato ani-
mo: esortandolo à conuersar con homini allegri, e
ben costumati, à sentir musiche, e canti; quali ralegra-
no l'animo, e ricreano gli spiriti, e cacciano la tristitia
come nel Regno di Calabria, che con la musica, si ri-
sana la morsicatura della Tarantola; Perciò ben di-
ce Menandro.

Menandro.

Sermo enim est tristitiæ remedium solus.
Tristitiā enim beneuolus sit, mederi sermo.
Sermo medicus est, quæ in animo passionis,
Animi ægotantis est, medicina sermo.

*Essempli per la
mestitia notab.*

E così con la Musica, e Filosofia morale, si consolò
Boëtio nelle carceri: co'l cantar i suoi versi Home-
ro sopportò volontieri la sua cecità, e pouertà con
questa armonia. Ouidio si riuoluua contento nel suo
esilio:

REGOLE DELLA SANITA. 865

esilio: questo è il vero mezzo per consolar gl' afflitti, come dicono Plutarco, Boëtio, Seneca, Petrarca, & il Quercetano.

Per la tristitia, cagionata dalle persecutioni, e bñ. *Essemi.*
dimenti; vi sono li esempi di David, e Saul, & a tri
della scrittura, e nell' historie, quella di Aristide At *Aristide.*
teniese, per invidia bandito, e con tutto ciò pregaua *Atteniese.*
alla sua patria, ogni prosperità, & ogni bene, e Fot-
tione sendo à torto condannato à morte, lasciò per *Fottione.*
testamento, che di tanta ingiuria l' herede non se ne
douesse ricordare, Per la morte de' figliuoli, hab-
biamo l' esempio di David, à cui Nattam Profeta, David.
hauua nuntiata la morte del figliuolo, hauuto da
Berisabea, per il suo peccato s' attristò, pianse per set-
te giorni, e sentio la nuoua ch' era morto, si lenò da
letto, & arditamente dice, horsu conuiene, che io me
ne vadi dal figliuolo; poiche il figliuolo non è per re-
nir mai più da me. Anaxagora hauendo nuoua *Anaxagora.*
della morte dell' vnico suo figliuolo, disse senza alie-
rar si ponio, sciebam me cum genuisse mor-
talem.

Si consolarà l' attristato, nella perdita delli beni di *Varij rimedij.*
fortuna, considerando che sono labili, e continuamente
girati dalla rotta de ella stessa, e per questo si chia-
mano beni suoi, quali dalla natura ci sono stati dati
in prestito, e la troppa quantità, è contraria alla na-
tura stessa, quale di poco si contenta, & abborisce il
superfluo: habbiamo l' esempio de' Christiani della
primitiua Chiesa, quali vendeuano i beni per darli
à poveri, & Iddio mai abbandona i suoi cari: si leg-
gono li esempi di tanti Filosofi, & huomini illustri,
quali sfregiorono le ricchezze, solo per attendere alla *Dioniggio Ty*
Filosofia; di Dioniggio Tyranno, si legge che scaccia-
ranno.
to da

Guilielmo Du
ca di Aquie-
sania.

to da terrazzani da' suoi Stati: ritiratosi in Corinto, imperando à figliuoli si sentiuu alleggerito, per la perdita dell' Imperio, & altri Imperatori, quali voluntariamēte rinonciauano gl' Imperij, per ritirarsi à più felice, e quieta vita, Guilielmo Duca di Aquitania, hora chiamata Guinea, e Conte di Poitiers, rinonziò il Ducato, e si fece frate dell' ordine di Santo Agostino; come anco pochi anni sono, con gran humiltà riceuè l' istesso habito il figliuolo del Re di Ormus nell' Indie; & Amedeo di Savoia, lasciò il Ducato per habitar l' eremo, e si gloriaua più del titolo di Eremita, che di Duca, e finalmente contro tutte le disgratie del corpo, conuiene raccordarsi di quel detto di Epicteto, *αὐτὸν καὶ ἀπὸ τοῦ*, cioè *Justinus*, & *abstine*, e sopportarà patientemente ogni disgratia, ogni debolezza, ogni infermità, e giouarà anco molto, che il saggio Medico gli rappresenti, che tutte le cose, che nascono conuiene, che si risolvano, proponendo la breuità della vita, le miserie, e trauagli, da quali nascono l' infermità, quali ci vanno debilitando, e corrompendo, e meglio saria la morte, fine di tutti i mali, che la vita, soggetto di tutte le miserie.

Quanto alle passioni corporali, si rimettono al maturo giuditio dell' eccellente Medico.

Esortatione
dell' autore no
126.

Perciò io essorto tutti ad assuefarsi à bon' hori, à sopportare i trauagli, e le fatiche; perche, Ab assuetis nulla fit passio, & si fit non tanta; Perche chi è auerzo à patir fame, sete, caldo, freddo, & altre fatiche si troua più atto à resistere al tempo conuuto, e si trouano di questi tali, che niuna cosa per contraria, ch' ella sia, li offende; perche sono d' animo generoso, e forte: altri restano offesi; si, mà poco, e sono facili à curare, se bene io giudico meglio, à non cadere nella

REGOLE DELLA SANITA. 867

nella tristitia, che caderui dentro e poi con le sudette cure risanarsi; perche è meglio nō cadere nell'acqua che caderui dietro, e poi ascingarfi, e per fine notabilissimo è l'esempio di Possidonio Filosofo, quale sendo assalito d'una crudelissima artetica costantemente la sopportaua, e senza attristarfi ponto diceua, Nihil agis dolor, quamuis sis molestus, nunquam ego te confitebor malum esse.

Essempio di Possidonio.

DELLA VBBRIACHEZZA.

Questo termine Vbbriachezza, si può intendere in molti modi si può pigliare, in buona, & in mala parte, e ne l'una, e ne l'altra ha molti significati; perche vbbriachezza significa l'allegrezza del Paradiso, come si legge nella cantica al quinto. Bibite, & inebriamini carissimi, la satietà de' Santi in Cielo, Inebriabuntur ab ybertate domus tuæ. L'vbbriachezza accenna anco le pene dell'Inferno, come si legge ne' Threni al secondo. Repleuit me dominus amaritudinibus, inebriauit me absinthio; L'atrocità di quelle pene, come dice Gieremia cap. 96. Deuorabit eos gladius, & saturabitur, & inebriabitur sanguine eorum; E per tralasciare ciò, che potrei dire dell'vbbriachezza delle cose mondane; Io trattarò solo di quella vbbriachezza vitiosa, per la quale l'huomo incauto acquista molte infermità, e cade nelle sudette pene: l'vbbriachezza, dunque della quale io tratto, come Medico altro non è, ch'vnouerchio bere, & vn'abbondanza di vino riceuuta nel corpo, per la quale restano i sensi impediti dalle solite loro functioni, e come dice il grande Agostino. Ebrietas aufert memoriam, dissipat sensum,

buona, e mala parte.

Gieremia.

vbbriachezza vitiosa.

Diffinitione dell'vbbriachezza vitiosa.

S. Agostino.

sensum, confundit intellectum, concutit libidinem, inuoluit linguam, corrumpit sanguinē, omnia bona debilitat, vitam dirimit, & omnem substantiam exterminat; Vero è che d'alcuni Medici viene lodato l'vbbriacarsi; perche l'vbbria

Vbbriachezza lodata.

Da Seneca.

Da Dioscoride.

Da Paolo.

Dall' Almanzore.

Da Auicena

Intentione del l'Autore probabile, e virtuosa.

Essempio.

Messali.

Propertio.

Alessandro Magno.

Essempio.

chezza moderata prouoca il vomito, & l'vrina, e molte volte i sudori per tutto il corpo; E questa è lodata da Seneca, nel libro de tranquillitate vitæ. Da Dioscoride nel libro quinto, da Paolo nel lib. primo, e dall' Almanzore nel libro quarto, & Auicena terzo primi canonis. Al beneo, scrine che Mitridate, à mangiatori, e beuitori daua vn talento d'argento. Io non la lodo altrimenti; perche è contro la coscienza, contro i buoni costumi, e contro la buona educatione, anzi la biasmo non solo per danni, ch'ella apporta a' corpi, quali sono molto più de' gli giouamenti; mà per i cattiuu effetti, e per le ridicolose, buffonesche, e cattiuue attioni, ch'ella fa fare alli ebbri; per questo deuono guardarsi dal souerchio bere li Christiani, come se ne astengano li Filosofi, e Pagani, da quali habbiamo tanti honorati, e memorandi essempi, come scrine Suetonio di Claudio Cesare, che trà le vinande, & il vino restò stupido, uccise Messalina, e leuato da tauola dimandò; perche non si presentaua à lui, à questo proposito Propertio dice à Cinthia.

Vinum sæpè suum nescit amica virum.

E Alessandro Magno diede la morte à Clito.

Diogene Laërtio racconta, ch' Arcesilao Filosofo, in Athene morì d'anni cinquanta sei, per hauer souerchiamente beuto vino. I Lacedemoni ne' loro conuitti non portauan lumi, per guardarsi di nò vbbriacarsi, ilche taluolta occorrendo non fossero visti di non poter ritrouar le porte delle loro case: Mà so-

leuano

REGOLE DELLA SANITA. 869

leuano taluolta condur seco i loro seruitori vbbriachi, accioche vedendo i figliuoli gl' indecenti gesti, e le dishoneste loro attioni, gli brutti strauolgimenti del corpo, e le vergognose parti, quali non haueuano rispetto di mostrare, s' astenesero dall' immoderato uso del vino; gl' Egitij dauano à gli loro Reggij, il vino à misura; per leuargli l' occasione d' vbbriachezza, la quale tal' hor fa passare, tal' hor fa mancare, i termini della giustitia; come si legge di Filippo Padre di Alessandro, qual sendo vbbriaco diede vna ^{Es}empio. ingiusta sentenza, dalla quale appellandosi il Reo, sino che Filippo fosse ritornato in se stesso, ne riportò poi vittoria. Il vino fece diuentar il Rè Dionisio Tyranno, e Platone dice, che frà tanti vitij, ch' egli haueua, questo era il maggiore, Baldaſsar Rè de Caldei, beue ne' Sacri vasi del Tempio, e dal Rè Dario fu ucciso, e priuo del Regno; per questo ben dice auuiscandosi Salamone Rè, io l'ò pensato di astenermi dal vino; per acquistar la sapienza, e fuggir la stultitia, almeno finche conosca tutto quello ch' è gioeuole à figliuoli de gl' huomini. Non è conueniente alli Rè bere vino, acciò non riuoltino sottosopra gli ordini de' Regni, e mutino, e cangino gli giuditij de pouerelli, & afflitti: Eschilo diceua ch' el vino era specchio dell' animo, e della volontà humana, conforme à quel prouerbio, in vino veritas, & vn' altro Poëta volò, i versi d' Ouidio.

Vina parant Asinos, faciuntque coloribus aptos.

Stultitia in multo, contrahiturque mero.

E Virgilio.

Nec [veneris, nec tu vino capiaris amo- ^{Virgilio,}
re,

Ccc

Vno

870 REGOLE DELLA SANITA.

Vno namque modo vina, venusque nocent.
Vt venus enervat vires, sic copia Bacchi.
Enervat gressus, debilitatque pedes.

E con tutto ciò, che cagioni tanti mali, molti sono
Essemi. stati, quali non risguardando, à i loro proprij danni,
 si sono dati in reprobo senso alla sensualità del vino,
Flavio Vopisco. con loro infamia, e vituperio: Flavio Vopisco raccon-
 ta d'vn certo Bonosco gran bevitore, del quale Aure-
 liano soleua dire, ch'era nato, non per viuere, mà per
 bere, & essendo superato da Probo maggior beuto-
 re de'perosi, e s'impiccò per la gola e di questo si di-
Scorta figliuolo del Rè. c'ua, che staua pendente vñ amphora di vino. Scorta
 figliuolo del Rè Creonte s'rbbriacaua ogni giorno, e
 da quattro huomini si faceua portare trionfante so-
 pra vn seggio d'oro, se bene più conuenueuole gli saria
 stato il trionfare sedendo in vn mastello d'acqua fres-
Nerone. sca; Nerone haueua tanto diletto nel bere, che bes-
 so restaua dall'vbbriachezza colto, e perciò gli fù
 cangiato il nome, pro Nerone Mero.

I Traci. I Traci (racconta Calimaco) si teneuano gloriosi,
 quando beueuano tanto vino, che gli faceuan ebbri;
 l'istesso pare si faccia ancor à tempi nostri, in molte
 parti d'Alamagna, come faceuano i Scitli, de quali
 scriue Horatio.

Natis in vsum lætitiæ:

Scyphis pugnare Thracum est.

Aristotile. Aristotile scriue, che i Syracusani, à certi tempi
 stauano ebbri, per nonanta giorni seguenti, e l'haue-
Elei. uano à gloria, e nobiltà, à questo s'agiongono gli Elei,
 de quali scriue Polemone. I Calcedonensi descritti
 da Theopompo. I Bisantini da Philarco. I Parthi
 da Plinio. I Tapiri da Bethone. I Phigalensi da
 Hermodio Larapriade, e molti altri, de quali scriue
 Athenico

RECOLE DELLA SANITA. 871

Atheneo. Questa non solo apporta all'huomo infermità graui; mà lo transforma in horrendi monstri, & animali irragioneuoli, per questo egli fa prender mille forme.

Aristotile chiamò l'vbbriachezza, bocca di *Aristotile.*

Lupo.

Architta Tarentino, peste capitalissima.

Platone, esca de tutti i mali,

Biante sepolcro di morte,

Pytagora, monstro profano.

Catone, vna specie voluntaria di furore.

Platone nel libro della Republica, dice che l'E-

bro, porta seco vn'amico tyranno, che gli fa perder il senno, e l'intelletto, lo fa instabile, & pronto ad ogni iniquità, per esser sempre in furore; Isocrate rassomi-
gliaua, gl'ebri, alle carrocie, quali co'l loro inordinato, e tortuoso moto, sbattono à terra i loro carrocieri:
Et Ouidio parlando del vino lo parangona alla oscura notte, & al cieco amore dicendo.

Nox, & amor, vinumque nihil moderabile
suadent.

Illa pudore vacat, liber, amorque noctu.

Et Horatio esorta gli Poëti, e virtuosi alle virtù, e
dice che gli conuiene patire molte cose, et à buon'hora:
cioè nella fanciulezza; mà sopra ogni cosa conuiene,
astenersi da vitij della carne, & dal vino in questi
versi.

Qui studet optatam cursu cōtigere metam,

Multa tulit, fecitque puer, sudauit, & alsit.

Abstiniuit venere, & Baccho.

Giuseppe Passi dice, ch' à quelli, quali troppo si dilettano del vino, vengono le disgratie, dolori, pianti, flagelli, rossore d'occhi, & altre cose simili; perche

L c c 2

se be:

Architta,

Tarentino.

Platone.

Biante.

Pytagora.

Catone.

Platone.

Isocrate.

Ouidio.

Horatio.

Giuseppe Passi.

872 REGOLE DELLA SANITA.

Platone .

se bene paia, ch'el vino diletta nel principio, nel fine però ponge come serpente. & auellena come Basilisco. E Platone dice che muoue violentemente la volontà l'ira, & i dolori, e rende l'huomo due volte fanciullo.

Esempi.

Platone nella Minoe.

Aristotile.

Fu tanto abhominuole questo vitio appresso gl' antichi, che contro esso fecero strettissime leggi; Platone nella Minoe ordinò, ch'el vino si douesse bere con misura tale, che l'huomo non s'vbbriacasse. Aristotile dice che Pittaco hauea promulgato vna legge, nella quale volena, che se l'ebro batteua, ò feriuua vno mentre era nel furore dell'vbbriachezza, che fosse castigato di pena più atroce, che se non fosse stato ebro; Zeleuco proibiuua il vino anco à gl'infermi. Gli Indiani haueuano legge contra il loro Rè, se à caso fosse stato ebro, & vna Donna il hauesse uciso, quella non solo saria stata degna di castigo; mà era fatta capace di poter esse moglie del Rè successore; gl'Atheniesi castigauano gl'ebri con pena di morte; gli Massinesi faceuano morire di fame, il loro Rè quando lo ritrouauano ebro.

**Zeleuco .
Indiani.**

Atheniesi .

**Foresto, & Schen-
co,**

**Aristotile
ne' problemi.**

Il Foresto, & Schenchio nelle obseruationi loro dicono d'alcuni ebri suffocati, nel profondo sono, per non poter si rimouere, & Hippocrate dice, si quis ebrius repente obmutescat, conuulsus moritur: nisi febris incidens eum corripiat, aut quo tempore crapula solui solet vocem edat; perciò è cosa molto pericolosa l'vbbriachezza. Et Aristotile ne i problemi sess. 3. cap. 4. dice che ingrossa la lingua, corrompe il sangue, debilita le forze, impedisce la generatione, consuma la robba, abbrevia la vita, confonde ogni ordine; conculca ogni buontà, corrompe ogni virtù, scoglie ogni amicitia fatta, auellena quelle che si fanno, rompe le promesse, escita i tumulti, fa spargere il

REGOLE DELLA SANITA. 873

ve il sangue, altera i sensi, accende l'ardore, accieca l'intelletto, e perverte il giudicio, e come dice *Atheneo*; *Infanire facit quoque copia vini.*

Altri brutti effetti fa nell'huomo, turba il ceruel. Effetti indecenti fa l'ubriachezza. lo, guasta la memoria, confonde il senso, impedisce la ragione, fa ridere fuori di termine, fa parlare fuora d'ordine, fa operare dishonestamente, e riduce l'ebro, a esser scherno, e deriso di chiunque lo vede. lo fa cadere in molte tentationi, corrompe la castità, prouoca il corpo all'immonditie, riempie la mente di lasciuie, & è cagioni d'infiniti mali.

La facilità, o difficoltà d'ubbriacarsi nasce da due cose, cioè dalla condizione del vino, e dalla complessione, o temperamento di chi lo beue; si deue dunque auertire alla facoltà, calore, consistenza, e sapore de' vini: i quali quando oprano in quelli che sono di cute perspirabile; pche se sono sottili, nò hāno tanta forza di fargli ebbri, come gl'altri vini più grossi: e q'li c'hanno la cute non perspirabile, come i melanconici, e le Donne facilmente diuentano ebbri, e per gl'vni, e per gli altri si ponno usare gli seguenti rimedij.

RIMEDII PER LI EBBRI.

Oltre gli rimedij descritti dal dottissimo *Ben-Rimedij per la* 20, io ritrouo ottimo; l'incitare il vomito, il-ebrij. che viene eseguito nella Città di *Geneua*, quale tiene vna rotta grande, dentro la quale vi si mettono li ebbri, e volgendola, e riuolgendola gli fanno vomitare, e gli risanano, & in questo modo danno buono essemplio, a loro figliuoli di fuggir questo vitio, restandogli ebbri in opprobrio di tutto il popolo: si che possiamo veramente dire quella rotta essere vna ignominiosa;

Ccc 3

874 REGOLE DELLA SANITA.

niosa; mà gioueuole medicina, e Paulo aggiunge, che
dopò il vomito, si debbe passeggiare, e fare delle
fricationi alle estremità, e dormire sotto coperta, e
quietarsi per qualche tempo, e nelli caldi di tempe-
ramento, si loda il sugo dell'herba Nernalle, detta

Pigliando il quinqueneruia. Scribonio largo l'aggesta be-
suo sugo. uuta: Valesco l'aceto beuuto.

Nicolò Fiorè-
vino.

E ne i corpi non così caldi, loda il Rueliol'aro,
E il porro arrostito: la cipolla mangiata ne' ci-
bi con l'aceto; Saliceto: il sugo d'Assenzo co'l
mele: seluatico, egual peso di sugo di brionia, E ace-
to, Kyrannide: il fiore della dragonte in poca qua-
rità con vino, Saraceno. Rende anco l'huomo sicuro
dal vino, il sugo della brionia, beuuto con altrettanto

La pietra dio- aceto Kyrannides: la bettonica mangiata inanti,
nista dice. Pli- Ruellio: la pietra amethista, lo dice Alberto Ma-
nio una, &c. gno: vna corona fatta di ramicelli di rutta, di hede-
ra, o di zaffrano il Ruellio.

Per fuggir
l'ubbriachez-
za, & beuer
in odio il vino

Chi poi per non vbbriacarsi volesse totalmente
astenersi dal vino, & hauerlo in odio, potrà mettere
nel vino vna rana verde, o vero vna anguilla, e la-
sciarla morire d'etro, e dice il Schenchio, che li viē tal-
mente in odio, che più non si curarà di beuer vino.
Il Myresio loda la testudine suffocata nel vino, o ve-
ro l'vua marina beuuta con esso: il sterco di Pauone
beuuto co'l vino Sexto, & Bruelio. Il sterco di Leo-
ne al peso d'vn danic co'l vino; Rasis: l'oua della
Notola, dati per tre giorni co'l vino lo rende
abbomineuole; Filostrato, e Plinio. Similmen-
te la sanie, che produce la vite, tagliata dato
à beuere non lo sapendolo. Fiorentino.

Per far anco presto ebro, da à bere vino nel
quale sia stato estinto vn ramo di vite verde, o sec-
ca vn

REGOLE DELLA SANITA. 875
ca vn poco bruggiata, & il loglio mescolato co'l
pane.

DELL'ABVSO DEL SVFFIMIGIO
del Tabaco.

Si v'è offeruando più volte vn, admirabil disconue-
nienza, ch'è nell'esperienza delle cause na-
turali, e la ragione di loro effetti, e particolarmente
nella cognitione, & effetti de semplici, oue sono
gl'ingegni speculariui molto affaticati. Il che si ve-
de nel discorso, che si fa della pianta Nicotiana
detta Tabaco, dal nome dell'Isola, il cui vso è tanto
famigliare appresso à gl'huomini, che pare hoggi
mai non potersi viuere, senza l'vso di questa pian-
ta: la onde tanto più affettuosamente mi muouo à
ragionare di quella, quanto che l'abuso suo porta
grandissimi danni à gl'huomini. E chiamata dal-
l'Indiani questa pianta, come dice il Monardo Pi-
cielt, e d'altri Peton. l'Ouiedo nel lib vndecimo del-
le sue historie al capo quinto, dice che nell' Isola Spa-
gnuola doue ne nasce in quantità, la chiamano perē-
becenuc. I Francesi per esser stata portata nelle sue
parti, da Gio. Nicotio O ator di Sua Maestà Chri-
stianissima, la chiamano Nicotiana, ò vero per esser
stata primieramente coltiua in quelle parti da Cat-
terina de Medici, Regina di Francia, la dimandano
herba Regina, onde appresso il nome di noi, & in Ro-
ma per esser stata portata dal Cardinal Santa Cro-
ce da Portugalo, la chiamano herba Santa Croce;
Altri paesi per le sue varie virtù, la chiamano In-
dorum sana, & santa, come il Lobel: è così molti la
domandano

domandano panacea, quasi che sia buona à tutte l'infermità; mà più propriamente viene chiamata da Paolo Renealmo di Bles $\epsilon\lambda\epsilon\upsilon\upsilon\chi\omicron\iota\varsigma$, che significa stacciatrice, ò fonditrice della pituita dal cervello.

L'historia di questa pianta la descrive il L'obelio, e Pietro Penna nel suo libro aduersaria noua, & il Castor Durante nel suo Herbario. Il Monardo nel trattato de simplicis, & il Clusio nell'annotationi di detto libro, ne fà due specie, l'vna con le foglie longhe, l'altra con le foglie picciole, e n'aggiunge vna terza specie chiamata dal Renealmo $\pi\alpha\chi\upsilon\epsilon\upsilon\lambda\lambda\eta$, e dice ancora ch'il lusquiamo giallo del Dodo-neo esser vna quarta specie del Tabaco. Chi desidera saper l'historia della presente pianta, veda gli soprascritti Autori; perche quiui intendo solamente trattare delle virtù, e nocimenti d'essa. Ben scrive Arteneo, che in ogni parte del Mondo v'è qualche cosa d'vso proprio, qual dalla natura vien denegata à altri paesi: come per essemplio il Betre, ò Betelle vien vsato dall'Indiani Orientali, mastilandolo con la calcina fatta delle conchiglie marine, l'Etiopi vsano l'assa fetida, purgata dalli sacerdoti nellì condimenti, cosa stomachuole à chi la sente nominar, l'Egitij, & altri Africani vsano la Colocasìa, e masticano le foglie del Papiro, l'Hebrei vsauano con l'Agnello Pasquale, di mangiare la lattuca seluatica, in Cappadocia la draba, in Piemonte il Chama-leon biaco, i Greci vsauano la radice del Bulbo esculento, et i Cyreni l'aro, gl'Albani il seme del raffano fresco nelle sue vagine, i Maltesi, il Cimino, i Germani l'Anisto, gl'Alpini il Caruo, l'Italiani la Senapa, e Galeno dice, che la natura hà Francesi, & altri paesi freddi

freddi à dato gran copia d'aglio, il quale vsandolo gli viene à prese ruare da molte infermità; Così gl' Indiani Occidentali frà l'altre cose particolari, c'hanno, vsano il Suffumiggio del Tabaco, qual da essi vien assorbito con pipe, ò tubuli di terra, ascēdendo le foglie prima essiccate, ò vero accomodando le foglie secche in forma rotonda, in modo tale, che acesa la superficie, passi il fumo per il vacuo di dette foglie, tirandolo à se l'huomo con grande hiato, riempendosi il palato di detto fumo, qual ritenuto per qualche tempo nelle fauci lo scacciano, parte per bocca, e parte per le narici; e l'vso di questo fumo era solo praticato da Sacerdoti Indiani, per dar le loro false risposte alli popoli, & indi s'è fatto famigliare à tutti gl'altri Indiani: e nel tempo del Pena e Lobel, che fù del 1570. era vsato solo da schiaui, & altri remiganti, che veniuano da quelli paesi, come ben lo descrive nel citato libro, e nel tempo del Monardò era vsato solo per curare gli Astmatici: Se ben mē sia stato riferito, che il primo che portò il Tabaco in Inghilterra, fù il Cavalier Gualtero Ralergh; mà l'vso d'esso fù molto tempo prima introdotto in Europa da Spagnuoli; & Portughesi, & da essi communicato à Turchi, & Mori; mà dell' Anno 1585. come dice il Clusio nelle sue notationi, che essendo andato Ricardo Grenfeldio alle Virginee del nuouo Mondo, & indi ritornato, si sparse la fama di questo amagliato, e pozzolēte fumo, quasi in tutta l'Isola della gran Bretagna; per amagliar l'animi, e per corromper i buoni costumi come ancor riempiedoli il ceruello di varie, e vane opinioni, superstitiose, e poi quasi in tutte l'altre parti del Mondo, predicando molte vanità alli Popoli, dandogli ad intendere, che conserui la sanità,

che

che recrei, e fortifichi i spiriti animali, & indi che le loro attioni, si rēdono più pronte e più perfette, che leui la fame, la sēte, che gli renda casti, che vedano i sogni allegri, e che sia buono per tutte le infermità, tanto interne, come esterne, e tanto han fatto, che molti lasciano il culto d' Iddio, la buona cura della repubblica, e magistrati, l' economia di casa, & altri beni publici, che come tanti Epicurei non attendono ad altra in tutto, quel poco tempo, che douriano spendere nell' utilità loro, e del prossimo ch' à sorbir, quel puz-
zolente fumo, veramente chiamato da Isaac Vvake in vn suo libro stampato in Oxonia fimo, cioè odor di letame, e veramente così si dourebbe chiamare, per esser fumo di detta herba quasi putrefatta, e macerata nel sugo di detta pianta, & indi seccata. In somma questo fumo guasta tutte le operationi animali, riempiendo il ceruello d' vn rapido vapore, qual rende l'huomo mezzo vbbriaco, e fuori di se; e perciò à chi hà negotij grandi de Principi, e Rep. b. gli dourebbe esser vietato l' abuso di questo fumo tenebroso al ceruello, non può dimeno, che non l' imprima tenebrosità, per la caligine che resta impressa in esso, e si come dalli continui vapori attrahiliarij, che eleuati al ceruello rendono le attion animali turbide, così ancora fa questo fumo inuētato da Demonij, per inganar i Popoli; la onde viene assorbito da detti Sacerdoti Indiani, i quali restano rapiti fuori di loro tremuli, adormentati, come vbbriachi, quali destandosi danno le risposte ambigue, di ciò che gl' appresenta il Demonio nella fantasia, per inganar gl' huomini, come ben dice il Monardo, e Paolo Renealmo così dicendo. Ferunt sacerdotes Indorum consultos de rei alicuius euentu blenne coidis folia vrefe-

re fo.

re solitos, fumumque excipere donec mens
emota esset, exinde quasi in estasi rapti cade-
rent: discussa temulentia cum demone secum
contulisse mentiri, eorumque ab imperita mul-
titudine haberi pro diuinis responsa: mentem
etiam ad tempus excutit; *Et il medesimo disse il
Prefato Monardo.* Hæc est celebrata illa Indi-
cis, sacerdotibus, planta, qua vti solebant ad
responsa danda; etenim apud Indos moris erat
sacerdotes de belorum aduentu, alijsque ma-
gni momenti negotijs consulere; Consultus
sacerdos, istius plantæ folia sicca vrrebat, &
eorum fumum iubulo, seu cānula quadam in
os excipiebat, deinde quasi in extasi quan-
dam raptus cadebat omni motu priuatus, sic-
que præmanebat aliquandiu. Discussa eius
fumi facultate ad se reddibat, referebatque
negocium cum demone contulisse, & responsa
dabat ambigua, vtcunque euentus succede-
rent, illis facile persuaderet sic se prædixisse;
eoque modo barbaros illos homines misere
decipiebat: Cæterum vulgus etiam Indorum
cum fumum per os, & nares recipit animi gra-
tia, cum insomnia interdum videre, & extra
se quasi rapi cupit, tum etiam de suorum ne-
gotiorum euentu, ex insomnijs, quæ appa-
ruerint prænunciaturū: Nam vt impostor est
Diabolus, herbarumque facultates nouit, il-
los huius vires edocuit, quo apparentibus eius-
modi insomnijs miseris hominibus imponat,
hæc iste auctor; Perciò non è merauiglia se l'abu-
so di questo fumo, vien da me detestato, essendo in-
uentato da demonij, inimici al genere humano, &
ad homi-

880 REGOLE DELLA SANITA.

abhominuole; perche viene ad essere questa pianta
 in tre maniere nociua al ceruello, primieramente in
 quanto, che il ceruello è parte organica, secondaria-
 mente in quanto ch'è parte similare, terzo in quan-
 to è parte principe, la quale gouerna tutto il cor-
 po, per imperio, e somministrazione della facoltà
 animale: E primo come parte similare resta offe-
 so da questa fuligine, la quale gl'imprime nuoue, e
 forastiere qualità, tanto per intemperie ordinaria,
 come per antipatia, essendo che questo vapore nel-
 le prime qualità è freddo, e humido, e nelle seconde
 crasso viscido, e mordace, onde nascono gl'ac-
 cidenti d'vbbriachezza, sopore: ne v'è da mera-
 uigliarsi ch'vn humido, e freddo vapore, sia pro-
 dotto d'vna sostanza calda, e secca; perche nel-
 la resolutione de' misti, quando vengono à ridur-
 ci alle sue operationi dalla natura: primiera-
 mente esce la parte aërea, & aquea, come
 ambe meno consistenti, restando nella parte terrestre
 la virtù ignea, come ligata per conditione propria al-
 la detta sostanza; ilche fingevano gl'antichi con Vol-
 cano sotto la terra; quindi nasce, che molti medica-
 menti di natura sua caldi, & amari nel primo gusto
 imprimono vna benigna, e dolce qualità, come l'A-
 garico; mà poco appresso, cioè all'ultima resolutione,
 si manifestano le qualità intrinseche di acutezza, &
 amarezza: laonde vna cosa somiglia dolce, & ama-
 ra; così à ponno il fumo della nicotiana, benchè egli
 sia seccata, & arida nulladimeno resta nella prima
 impressione fredda, & humida: con la quale produce
 gli sopradetti inconuenienti, e se dicesse alcuno, che in
 questa maniera non potrebbe essere pianta vulnera-
 ria, gli risponderai, che non opera (e non primiera-
 mente

REGOLE DELLA SANITA. 881

mēte spremēdola, e seccādola, e cauando da quella la
qualità aērea, et acq̃uea almeno superficiale. Quāto
alle qualità seconde di crassezza, cioè, d'acrimonia:
vedo che da q̃sto fumo restan gli suoi famigliari spes-
samēte opressi da ostruccioni. come apopletiche, e per
l'acrimonia le sottili, e delicate membrane, sono grā-
damente alterate, e quasi sdegnate frà se stesse, si re-
stringono, & esce da quelle il benigno liquore desti-
nato al proprio nutrimento; V'è di più frà questa
piana, & il ceruello, come parte similare, vna anti-
patia per contrapositione di qualità contrarie, la qua-
le benchè ineffabile, nōdimeno si manifesta con gl'ef-
fetti; perche tutte le attioni principali, sono da questo
fumo adulterate, e quasi distrutte; così il Torpedo pe-
sce muoue sopori, e la Tarantola mille inganni al cer-
uello; e principalmente il senso commune resta dal-
l'attione di questo fumo ocioso, & incapace di ricene-
re le specie de sensi esteriori, non permettendo, che il
spirito luminoso dell'occhio, e l'impressione sonora del-
le orecchie, nel il restante delle attioni esteriori siano
conosciute, e riportate al centro della prima cognitio-
ne; ilche impedisce come fumo, come denso, e come
freddo. Anzi di più corrompe la virtù imaginati-
ua, la quale opera co'l beneficio d'vn puro ordinato, e
sincero fantasma nella sostanza del ceruello, di sua
natura limpida, & aērea, dicendo il filosofo, che la
prontezza dell'imaginatiua, e l'acutezza dell'inge-
gno, sono come soboli d'vn ceruello raro, e chiaro; po-
tremo dunque ben dire, che quelli qualità tengono que-
sta herba, come diua, sono dal continuo vso di quella
resi stupidi, e tan meno son habili à belle inuentioni,
e pronta intelligenza nelle cose della filosofia parti-
colamente. Quæ ex pura, & diuina Iouis men-
te, sub

ee, sub imagine Palladis prodijt; E cosa certa è
 che l'intelletto agente non può eleuare da vn fan-
 tasma oscuro, vna cognitione, e specie intelligibile,
 si come l'occhio da vn oscuro specchio, non può ca-
 uare sicura visione. Di più dico, che la memoria
 organica, & inorganica restano da questo fumo
 deprauate; poiche l'vna consiste nella distributione,
 & ordine de fantasmi, l'altra nella prontezza di
 raccoglierli: posciache questo vapore disturba sino
 al proprio nutrimento del ceruello, indi si può infe-
 vire, che la virtù naturale del ceruello, resta egli
 ancora deprauata da questo fumo, cioè tanto l'in-
 fluente, quanto l'ingenita; quella perche l'arterie
 mirabilmente implicate, inhibiscono questo spirito
 oscuro, e denso, il quale impedisce il corso delli spi-
 riti vitali, e parimente il calor naturale resta offe-
 so; perche egli si pasce del benigno, & halituoso
 humido, doue hauendo esso due moti, l'vno de quali
 è verso la materia, nella quale si mantiene, l'altro
 di sopra, come fiamma, la qual viuifica la parte, si
 potrebbero alterare questi moti da questo fumo,
 estinguendogli, e priuandogli dal proprio benigno, e
 naturale nutrimento in quella maniera, che fa la
 stagione Acquilonia, esprimendo dalli pori del cer-
 uello detto humore: la onde non è marauiglia, che
 questo fumo togli la fame, la sete, e l'appetito di
 concupiscenza; perche tanto grande è il consenso
 c'ha il ceruello co'l stomaco, & lo stomaco co'l fe-
 gato, nel quale riposa la passione di concupiscenza
 (come esclama Prometheo) che non si sente ape-
 tito, ne moto alcuno di cognitione in questa vbbria-
 chezza: ne vorei credere, che gl'huomini fossero
 così poco auueduti di credere, ch'vn semplice fumo
 gli

REGOLE DELLA SANITA. 883

gli douesse togliere la fame, e la sete non hauendo
esso le qualità, che si richiedono per il fine dell'a-
petito, e certo il mouimento d'amore, nell'atto di cō-
cupiscenza è bellissimo effetto d'vna Serena, e gra-
ziosa specie, per la quale vien desiderata la cosa
oggetta, come simile, ò perfetta, & essendogl' ef-
fetti di questo fumo contrarij à tali attioni, non è
merauiglia se in q̃sta vbbriachezza non vi nasca al-
cun affetto d'amore, anzi restano q̃sti spiaceuoli à chi
gli sguarda, transmutandosi il loro volto mentre,
che sorbiscono il fumo in Cinoccefali, e Momì rege-
tando il fumo fettido dalle narici, e bocca, sono se-
bianti alli demonij infernali: sputaciando la flemma,
la quale come medicamento mercuriale tira à se tan-
to la escremētosa, come la naturale, e buona: la qua-
le con suo refrigerio contempera la calidità super-
flua del ceruello, causata delli spiriti animali, che inui-
dimorano, come anco dal sangue più caldo, e più so-
tile, che inui di continuo ascende; perciò per vir-
tù di detto diabolico fumo, resta il ceruello alte-
rato, in luogo del suo proprio alimento restano
quelle celule, ripiene di quel fumo, e facen-
doni le ostruttioni sopradette, ne seguita l'vbbria-
chezza, la quale gl'inuita al continuo vso d'esso, la
onde ben dice il Penna, nel suo recitato libro, videas
enim naucleros omnes, qui istincredeunt, ge-
stare pusila infondibula ex folio palmae, aut lto-
rea cōfecta. quorū lateri extrema inserta sūt cō-
uoluta folia, & comminuta, siccata huius plan-
tae: istud illa accendunt igne atque hianti ore,
quantum plurimum possunt, inspirando fu-
mum sugunt, inde sibi famem, sitimque sedari,
vires instaurari, spiritus exillarari asserunt, so-
pirique

384 REGOLE DELLA SANITÀ.

pirique iucunda ebrietate cerebrum dictat
 incredibilem pituitæ copiam plerunque educi;
 Ma perche molti da questi effetti, si sono pensati, che
 fosse il Tabaco vna specie di luschiamo, per gl'effetti
 soporosi, che fa: come ancora in Piemonte chiama-
 no la terza specie del luschiamo del Mattiolo, Tabaco,
 et herba regina; pciò dice le sequenti parole; Quod
 ipsi dum hauriremus experti sumus: non tam
 hæc citò inebriat, nec frigore, dementat, vt
 Hyoschiamus, sed quadam aromaticitate va-
 pida ventriculos cerebri imbuit; Ma quest'ef-
 fetto credo io che lo facci da tutta la sua sostanza, ò
 vero come dice il Renealmo, che essendo il Tabaco
 caldo, e secco nel secondo grado, quando è fresco, e
 quando è secco esser caldo, è secco nel fin del terzo; mà
 che contiene in se vn'humidità volatile, e refrigeran-
 te, che noi chiamiamo Mercuriale, e si come il vero
 Mercurio comprime il ceruello, e tira la pituita alle
 fauci; Così dicono far il Tabaco il simile: purga tutto
 quello che si contiene nello stomaco, come fa esso, pi-
 gliandolo per bocca, e mittiga i dolori: che gli rende poi
 forti, e che li recrea i spiriti opera nell' istessa maniera,
 che fa il napione de' Turchi, et il Banguè de' Persiani,
 il quale mescolato con l' arrechà, e vn poco d' opio: co-
 me habbiamo detto nel trattato del Banguè. Che sia
 poi vtile per conseruar la sanità, dico alle dispositioni
 morbose esser di giouamento; mà come gli altri
 medicamenti, nò à tutti i mali: ne tampoco che sia
 vtile à i corpi sani: e si dice che leua la fame, e la sete
 riempiendo lo stomaco di pituita; Perciò perche noi
 vediamo, che non è vtile per conseruar la sanità,
 dannoso per la politica, all' economia di casa: poiche di
 fiorba le buone operationi della ragione, dannosa,
 enacuan-

REGOLE DELLA SANITA. 885

euacuando le borse de danari, quali vano nelle mani de' Pagani inimici; perciò si douria prohibire l'uso d'esso, e per uso di medicina, à noi conuerebbe usar solo quello c'habbiamo ne' nostri giardini, le cui doti sono celebrate da prefati auttori, & specialmente il fumo, per curar gl'asmatichi, & il syropo per le vlcere de' polmoni, come scriue l'Eugenio nelle sue epistole.

In herbam Reginam, Nicotianam.

Diripit hæc hominū mentē Regina Tyrānis.

Oculus ipsa necat Nicotiana ferunt.

Quum subit in mentem falso phantasmate ludit.

Dumque magis nocuit, tunc placet illa magis.

Quisq; ab hoc fumo spirat, sua cōsulat ora,
In speculo, horrebit liuida larua sibi.

PER CONSERVAR VN
Corpo, che non s'ingrassi, ò
vero che nō smagrissa troppo.

DI HVGONE BENZO.



Er voler conseruar, & diffender vn corpo sano con mezzana, & misurata habitudine, ancora cō dispositione, & attitudine d'ingrassarlo; ò vera che non transcorri con progresso di tempo in soperchia grassezza: è bene esser informato della maggior parte delle cose, che fanno ingrassare, & di quelle, che fan-

Ddd

no im-

no immagrire, & fanno tenir asciuti i corpi humani accioche più facilmente si conosca quello, che si deue fuggire, & quello che si deue usare per conseguire la prefata intentione: Così cominciarò prima dalle cose, che fanno ingrassare che sono queste.

Carne di Caponi, galline, polastri grassi, starne, anedre, capretti grandi, e grassi, uccelli, fagiani, carne arrosto, per chi le può digerire, compositioni de carni, cacio fresco, latte, castroni gioueni, e grassi, porcelli seluatici gioueni, chiamati rosolati, uccelletti minuti: ouì di gallina sorb li, & ogni sorte di viuanda fatta con l'oua: cauo di latte.

Cibi che fanno ingrassare.

Altre viuande simili.

Viuande ch'ingrassano: farro di formento, ò vero d'albeso cotto, e condito con il brodo delle predette carni, ò vero ne' giorni feriatì conditi con zuccaro, ò con latte d'amandole, riso condito al modo sopradetto, amido, tritti, ò sia minestre di pasta, amandolata, panatella, & farinata, lasagne, e tutte le viuande di pasta condite con brodi grassi delle sopradette carni, ò vero nelli giorni feriatì condite al modo predetto, brodetti con l'oua, gratonati con l'oua, e viuande tenere, crostate, torte di carne, e tutti i sottostitij, ò pasticci, ò vero conditi con le soprascritte cose, tartare con l'oua, & latte, formaggio fresco, e zuccaro, amandole co' l'zuccaro, pini, pistachij, nizole, castagne à chi le può digerire: Tutte le viuande fatte con l'amandole, torte di marzapano; biancomangiar, saponea, vne passe, vne mature, fiche fresche, peponi d'ogni sorte, pignochate, morsechate, & tutte le confectioni di zuccaro fatte in simil modo.

I L B E R E, C H E F A'
ingrassare .

V In rosso, e grosso: vin nuouo, e vinoso: vin dol. Il beuer, che
ce è grosso: ancor dispone ad ingrassare li cor- fa ingrassare.
pi humani l' aëre humido, grosso, e nebuloso: il star otio
so; fuggir la fatica, il picciol essercitio, e tardo, l'an-
dar con passi lenti, & otiosi: bagnarsi in acqua dolce
calda subito dopò il pasto: dormir oltra il douere,
dormir nel letto di piuma, ò morbido, dormir in luo-
ghi humidi, & nelle stantie vicine al terreno; dormir
di giorno; dormir subito dopò al pasto: mangiar spes-
so, e assai: come anco mangiar cibi delicatamente ap-
paracchiati, il simile mangiar molti, e varij cibi in
vna mensa, metter molto tempo nel magiare, e cra-
pular spesso, e non soffrir la fame, ne bisogno del mā-
giare; il non vsar cosa, che habbia à muouer il corpo,
ne à muouer per l'vrina, ne per sudore; Non farsi
sagnare, ne hauer euacuatione veruna di sangue, &
vsar poco il coito; Viuer allegro con ragionamenti
piaceuoli, & con persone diletteuoli, e piaceuoli sen-
za fatiche, e sollicitudini: Vestirsi delicatamente, e
mutar spesso le camise, e panni delicati, c'hanno à
star appresso alla carne,

L E C O S E, C H E F A N N O
smagrire,

Quello che fa smagrire, è il regimento della vi- Regole per
ta de cibi, del beuer, dell'aëre: del veggiare, & far smagrire;
dormire: del faticarsi, & riposarsi, dell'euacuarsi,
& riempirsi, e de gl'accidenti, e passioni dell'ani-
mo, che

888 REGOLE DELLA SANITA.

mo, che siano contrari al regimento sopra scritto, che fa ingrassare: come carne salata, formaggio vecchio, cibi amari, cibi acetosi, cibi salati: lenticchie, & altri legumi, pane duro, e biscotto, carne di lepre, e simil carne di grosso, e secco nutrimento: Tonina, e tutti in pesci salati: Pane con assai crusca: Specie calde: foglie, e frutti humidi di picciolo nutrimento; ancora il cōtinuo vso dell'aceto desicca li corpi humani, e fa smagrire.

Sommario del regimento della vita, che fa smagrire: E l'aëre secco, ventoso, e freddo: superchia fatica, e cōtinua: dormir poco; perche il superchio veggiare essicca il corpo humano, dormir discomodo in duri letti; dormir vestito; dormir dopò grande fatiche, e dopò longa fame, inanti che si pigli il cibo; mangiar poco; soffrir la fame; Vsar cose, che mouino il corpo, e fatigarfi molto sino a' sudori, e sanguinarsi spesso d'ogni flusso di sangue; pigliarsi graui pensieri d'animo, e solecitudine grandi; come ancora fanno i rancori, e melanconia di cose irrecuperabili. Il simile fanno l'apetito di cose ardue, e difficili d'hauere con solecitudine d'esse, e pensieri di graui pericoli, e simile cose, come ancor vsar troppo il coito fa smagrir il corpo.

CAPITOLO DI CONSERVAR vn corpo, che non ingrassi troppo.

Per conseruar adunque vn corpo sano, che non trascorra in superchia grassezza, non è bene, anzi è grandemente nociuo vsar le predette cose, e regimēto di far smagrire; pche tutti qlli cibi, che sono di picciolo nutrimento, generā mali humori, e p la gran parte

REGOLE DELLA SANITA. 889

parte generatiui di sangue grosso, e spiriti infocati grossi, e melanconici, debilitati non meno della virtù del corpo, che della virtù dell'animo, e similmente l'altro regimēto nō regolato; ogni distēperāza, fatica, e superchia fame debilita la virtù, & riēpie lo stomaco de mali humori. L'vsar molto le medicine solutue fà presto inueccchiare: le graui passioni dell'animo inducono alcuna volta al corpo graui accidenti, e pessime infermità. Il superchio coito debilita il corpo, e la femina debilita la virtù dell'animo; Onde per mantenersi il corpo sano, acciò non trascorri in superchia grassezza, sono atte acciò le cose da vsare, che mantengonoli corpi humani asciuti, raffrenando la superflua grassezza, le cose, che letificano l'animo, e confortano le forze del corpo, e lo conseruano in buona, e perfetta sanità, ratificando la superchia humidità, ò putrefattioni atte à fare febri humorali, preseruandolo da molte, e varie passioni, & infermità del corpo, e dell'animo. Le cose migliori in questa materia sono l'infrastrate. Theriaca Magna, Sagzenea, Mitridato Homorusia, Diacurcuma maggiore, Trifera minore, Dialacca, Trifera ferruginea.

L'ordine di pigliare le soprastrate cose, è diuerso secondo la maggior, ò minor necessitā di smagrire. La Theriaca, si suol pigliare due, ò tre volte il mese, vna ottaua, e mezza per volta, la mattina per tempo all'aurora, & digiunar al meno quattro hore, ò più, se ben che se fosse necessitā pigliar il cibo, e beuer più presto, non farà nocimento alcuno; mà solo in qualche parte debilitaria la buona operatione della Theriaca. In luogo della Theriaca nell'estade, si può vsar tal volta del Mitridato; perche è manco caldo.

Ddd 3

Ladia

890 REGOLE DELLA SANITA.

La diacurcuma essendo più necessaria à smagrire, si suol vsare due, ò tre volte la settimana, alla mattina, nell' aurora, vn'ottaua per volta, & in suo luogo si può vsar tal volta dell' altri soprascritti elettuarij. E dopò hauer preso vna presa d' vno de' soprascritti elettuarij, si può lauar la bocca con vna forfata di vino, puro caldo distemperato.

Quello che più virtù sia, e conforme in questa materia, è l' infra scritto elettuario, del qual se ne suol pigliare la mattina al leuare del Sole, vn poco più quantità d' vna castagna per fiata, tre, ò quattro volte la settimana, quantunque si potesse vsare quasi à pigliarlo ogni giorno senza alcun nocumento, & digiunando per due, ò tre hore; benchè se subito bisognasse mangiare non faria nocumento; mà perdereia in qualche parte la buona operatione. L' elettuario il miglior modo sarebbe d' vsarlo straordinariamente, alcuna volta pigliarlo due giorni l' vno dopò l' altro, e tal volta tralasciar due, ò tre giorni di non pigliarlo; Imperoche nessuna cosa medicinale, di quanto grande virtù sia, si deue vsar continuamente; Imperoche l' humana natura auetzata, per continuo ordine di pigliar vna cosa, non riceue tanta virtù da quella, quanto riceuerebbe se non fosse vsata continuamente, con offeruato ordine à pigliarla.

ELETTUARIO.

Elettuario

R Mirabolani kebuli, & negri di ciascun drame due, mirab. citrini, emblici, limatura d' acciaio nutrita per tre giorni nell' aceto, di ciascuno drame tre; lacca lauata drama mezza, ameos, carui, seme d' apio, seme di fenocchio, di ruta secca, di calamen-

REGOLE DELLA SANITA. 891

lamento, di limatura d'oro, & d'argento di ciascuna drama vna, e mezza; rose rosse, d'ireos seccato, mirrha, di margarite non pertugiate, di ciascun drama vna, di spodio, di zafferano, assaro, cappari, di cinamomo, garofani, di canfora di ciascun scropoli due. Di zafiri, di rubini, granati, hyacinti, smeraldi, di scorze di cedro di ciascun scropoli due, e mezzo, di pietra lazuli lauata secondo l'arte scr. 1. 3. Zuccaro bianco depurato con acqua rosa, ò vero con il sugo di buglosa purgato per residenza q. b. pistansi le pietre sin' all' vltima trituratione, sul porfido, & nel fine mescolaransi con vn poco d'acqua rosata, agiongendoui la limatura dell' acciaio, dell' oro, & argento, e pietra lazuli, & siano poi le specie tutte ben mescolate insieme, & del tutto se ne farà elettuario.

Questo elettuario mantiene il corpo asciutto, non lascia ingrassare, vigora la virtù, e forza del corpo, prolunga la vita in buona sanità, & ritarda la canizie; fa chiarificar la voce, & il sangue da humori grossi, e melaconici; genera spiriti lieti, et chiari, e fa buono intelletto, e cōforta tutte le virtù dell' animo.

Per pigliar questo elettuario non si vuole abbandonar l'uso della iheriaca; per pigliar due, ò tre volte il mese; non tanto per smagrìre, quanto per le grandissime sue virtù; perche ella è più solemne, & è di più vniuersale virtù, che composition, che mai fosse da Filosofo, ne da Medico ordinata.

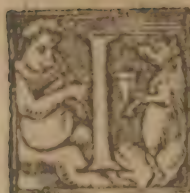
Oltre le prefate cose, si può tal volta usare dell'ettuario solutiuo, usato à muouer il corpo; del giulep di sugo di rose, usato in poca quantità, e non troppo spesso, ò vero pilule, ò altre polueri lingiere, e senza guardia, secondo il ricordo del Medico, qual fosse presente.

DEL BEVER ACQUA.

*Il bere acqua
fa smagrire.*

IN questo volgar ricordo non hò fatto mention del beuer acqua, la qual aiuta à smagrire molto, e specialmente quelli che sono vsi à beuer vino; perciò à narrar quì le virtù dell'acqua, e delle sue qualità, & anche li nocumenti, ch' ella può indurre, e similmente del vino saria longa materia, & io per questo intendo far vn trattatello in latino intitolato d'acqua, & vino.

CONSEGLIO FATTO
da Vgone Benzo, per mante-
nerfi sano. Composto per vn
Monsignor Illustriss.



Illustre Signore, vno delli vostri huomi-
ni d'arme m' hà mostrato vn consiglio
fatto à Fiorenza per la Signoria vo-
stra, e m' hà pregato che volesse scri-
uer alla prefata vostra Signoria, quello à me pare-
ua d'esso cōseglio, & ancor volesse scriuer q̃llo era vi-
le, e che cosa nò era utile alla Signoria vostra, e così
gl' hò promesso, come me ritrouaria à Ferrara di far-
lo; per la qual cosa lasciato da canto ogni essorna-
tione dell'arte oratoria metterò il detto Consiglio;
perche desidero di fare cosa, quale sia utile, e grata
alla Signoria vostra, alla quale di continuo mi rac-
comando.

In

REGOLE DELLA SANITA. 203

In prima conuiene sapere, che non è alcuna cosa molto utile, che non habbi qualche uccimento, e massime delle cose, che si fanno per rimouer il corpo dalla sua natura, e però è necessario incominciar à poco, à poco sinche si venga alla misura. che bisogna, e specialmente quando non hauemo presa veruna.

Secondo notate che benchè sia meglio esser di mezzana habitudine, che troppo, ò magro, ò grasso; nondimeno quando il corpo è alquanto grasso, e non molto eccessiuamente; non è di gran malitia, anzi chi si rege bene viue più longamente, e la misura, che mettono li nostri Dottori del corpo grasso, è in due cose, l'vna è posta dal R. basis nel continente, per autorità di Galeno, & se ben sij alquanto dishonestamente Per conoscer scritta; mà pur la dice, & è che quando l'huomo un corpo di non si può forbir le parti di dietro se non con fa troppa grasset- tica, e tica, e secondo che l'è troppo grasso. La seconda è za. che quando l'huomo per la grassezza sente che si stanca troppo nell'andare, e che non si può agenolmente intlinare à terra à coglier le cose, è anco secondo d'essere troppo grasso; mà quando non hà questa misura non è male, benchè non sia si buona con la temperata, e lassate queste cose v'ègo hora specialmente à quello che bisogna fare per non esser troppo grasso.

In prima douete habitar in aëre caldo, e secco, e Dell'aria. sottile, e de' monti, e guardarui dall'aëre freddo; e l'inuerno scaldare il luogo vostro con fuoco, e spesso intrare nella stufa la mattina à digiuno, e sudare, e poi quando vscite andar à sudar nel letto, e quì dormire, e poi vi farete ben fregare, e sugare, e non andate tosto poi à mangiare, anche sopportate poi vn' hora, ò due la fame, e la sete, & vi douete ogni

ogni di affaticare à digiuno con essercitio forte, e veloce, e che duri assai, tanto che vi comminciate affaticare con stracchezza più d'vna volta, e quando sette essercitato fateue fregare la carne con panni alquanto asperi, siano le frittioni forti, che durino tempo assai, e poi non andate à mangiar, ò beuer; mà sopportate la fame, & sete di longo, e s'è dopò l'essercitio, essendo digiuno volete dormire sarà buono.

Tempo di dormire.

Il sogno vostro basta di sei hore il giorno naturale, non si vuole dormir molto, sopra il cibo: anzi veggiare se potete, e seruar il tempo del dormire, quando hauete appetito del cibo, e dormire in luogo caldo, e secco, e ben coperto sopra il letto duro di materazzo, e non di piuma, & sopra le tauole, e quando vi sentite ben digiuno, e vuoto, all'hora v'è buon il dormire.

Per tener il corpo lubrico.

Et conuiene tener modo, che il corpo sia largo, che ogni giorno due, ò tre volte andate del corpo; mà non si deue per questo ogni giorno pigliar medicine; mà cibi che tenghino il corpo lubrico, che sono cibi medicinali, come al tempo delle cerese mangiarne inanti pasto, delli meloni, e così de brugne mature, & vsare per minestra ortica, malua, marcorella, brodo de verzi, ò vero de lenticchie, ò vero metter hyssopo circa vn' on. p. volta nelle minestre del verde, ò vero vn quarto d' vn' on. d'hyssopo secco, e così beuer vna tazzà di decotion di prune, ò di capeluenere fresco, et alcuna volta pigliare due drac. di tormentina, due hore inanti pasto; mà non troppo spesso questo; e così alcuna volta della polpa della cassia circa vn' on. per volta. in queste parti alcuna volta mà non troppo spesso pigliate di questa compositione.

R. me.

REGOLE DELLA SANITA. 895

R. medol. di carb. oñ. 2. fiche secche oñ. 10. pista *Composizione*
insieme, e pigliane in anidà pasto in quantità d'vna *per tener il*
noce, & fa andar del corpo: metti nella minestra *corpo lubrico.*
vna quarta parte d'oñ. 1. de tartaro, ò della gomma,
che stà d'intorno alla botte. Ogni giorno se vuole fa-
re qualcheduna di queste cose, quando l'vna, quando
l'altra, si che non si faccino consuete alla natura,
& s'il ventre si lubricasse troppo, si lasciarano sin-
tanto, che torni à misura debita; E così è vtile à pi-
gliare le cose da far vrinare forti, come sono elet.
diuretici, ò pistinache, ò carote, ò asparagi, ò appio, &
simili.

Et è vtile hauere solitudine, e pensiero conti- *Passioni a*
nuo, & adirarsi alcuna volta, e non stare in otio, e *nimo.*
continuo pensiero.

Et li cibi vogliono essere pochi, che alquanto di *Del mangiare*
fame vi rimanga: e sopportarla, & la sete, e icibi
denono esser secchi, saluo se per andare del cor-
po.

Il pane sarà di panico, miglio, orzo, di formento *Del pane.*
con remula, e con fenocchio, e sale assai, e ben leua-
to, e ben cotto, e duro, non fresco: ogn'altro pane si de-
ue lasciare.

Le carni vogliono esser grasse, e la parte grassa, *Carne.*
da poco nutrimento, e toglie l'apetito, e sono me-
gliori le secche, e salate, come di capriolo, lodole, le-
pore, & uccelli piccioli, e se delle buone se māgiano,
se ne vuole mangiare poche, & arosite, cotte sù li
carboni, con assai sale, mostarda, & aglio crudo, e
simili sapori acuti, come psuerada, & con zenzero,
& gariofili, & simile cose acute, ò con molto aceto,
e pomi aranzi, e limoni, e vino di pomi granati bru-
sio: e nō lesse, & non cō sapore dolce, e lasciate l'ane-
dre.

dre, & ocche, se non secche, e salate, teste, e denti.

De laticinijs. Il latte, & oua, non vsarete formaggio, il secco
 & oua. ben salato gioua.

Dell'herbe. Dell'herbe, quelle che sono acute, odorifere, co-
 me maggiorana, origano, salvia, menta hyssopo, &
 simili. L'amare ancora, com'è l'abrotano, &c. e per
 minestra spinaci, biede, e verzi.

Delli granati. E delli grani panico, miglio, lente, fagioli, & gli
 altri si biasmano.

Insalate. L'insalata si ponno vsar così crude, come
 cotte.

Radici. Dalle radici pastinache di due sorti, carote, e
 ravanelli, e rane, e nanoni, e porri, agli, cipolle crude;
 ma non cotte, radice di petroselino, e simili.

Frutti. Delli frutti, le cerese, pere, brugne, pomi, cornali,
 meloni, zucche, cocomeri, psichi, pomi, granati, cotto-
 gni, nespole, e lasciate l'oue fichi, e poi vsar l'agresto,
 limoni, pomi aràzi, aceto di cedro, e noce; lasciate no-
 selle, mandole, pignoli, pistacchi, e castagne, e sono
 buoni gl'asparagi, cappari, e composte con aceto, e
 carne in gelatina, in penerata, & insalata.

E i passi. Pessi sono buoni salati, e piccioli con aceto, penera,
 e sale assai: i grandi, & anguille lasciate stare; l'an-
 nis, fenocchio, cumino, cubebe, garofani, pener, zenze-
Specie sono ro, e simil specie forri sono utili; zucaro, e mele non
utili. sono utili.

Beuer. Et per beuer meglio è l'acqua, ch' il vino, et se pur
 beue vino, sia molto picciolo, e chiaro, e brusco, e
 beuer l'aceto adacquato, è molto utile.

Sagnia. Le cose che sono medicinali, cauar si deue sangue
 dalla vena del fegato, ò vna volta, ò due: douete vsar
 di canet pur circa sei volte, l'anno medicine solutue, non ostante
 facciano

REGOLE DELLA SANITA. 897

facciano alquanto danno; nondimeno per smagrire gansi per sin
sono utili: ma vogliono essere medicine; benedette, co. *Siir.*

me la cassia con drac. i. di turbit bianco, con scropulo
vno di zenzero. La seconda è pigliare la deco-
tione d'vna mezza drama di polipodio quercino, &
con quella distemperar due onze di cassia, e pigliarla.

La terza è drame sette d'epithimo, e bollirlo con
mezza liura di sero di capra, & onza vna di passu-
la, & poi colare, e fregar bene, e spremere, & con
questa cosa si doura distemperar la cassia, e queste
sono leggiere, e non così male; come è l'elettuario di
sugo di rose, per la scammonca, che va dentro, non
ostante, che vi sia corretto.

E oltra le medicine d'andar del corpo, è molto uti-
le vsar della theriaca vna dramma per volta, e se *Theriaca.*
vuole pigliare à digiuno dramma vna di maluasìa ò
altro vino sottile, e poi stare sette hore senza man-
giare, e questo sia vna volta ogni settimana, alli tem-
pi freddi, ò temperati, & nell'estade piglia:ela due
volte il mese, e sia dramma mezza per volta.

Et far il vomito vna volta la settimana dopò ch'il *Vomito.*
mangiare, è callato, e poi non mangiare per sino al-
la sera; e delle più forte cose à smagrire, et in q̃sti due
è la maggior parte della forza delle medicine del sma-
grire; il vomito alla mala disposition è utilissimo.

Et quando non pigliate medicine d'andar del
corpo, è utile à pigliar à digiuno drame due di que-
sto elettuario. R. gentianæ, seminis rutæ, po-
lij montani; aristol. longæ, seminis petrosilij ass.
drac. i. pistentur subtiliter, cum mellis triplum
ponderis omnium fiat electuarium, & sumatur
quinque horis ante cibum, & quia est amarum
potest deglutiri in nebula inuolutum, siue cū
saccha-

898 **REGOLE DELLA SANITA.**
 saccharo madefacto. Item deglutire in auro-
 ra scrupulum vnum vernicijs scriptorum inte-
 grè, est valdè existimatum: similiter deglutire
 eadem hora scrupulos duos laccæ saltem bis in
 septimana.

I L F I N E.

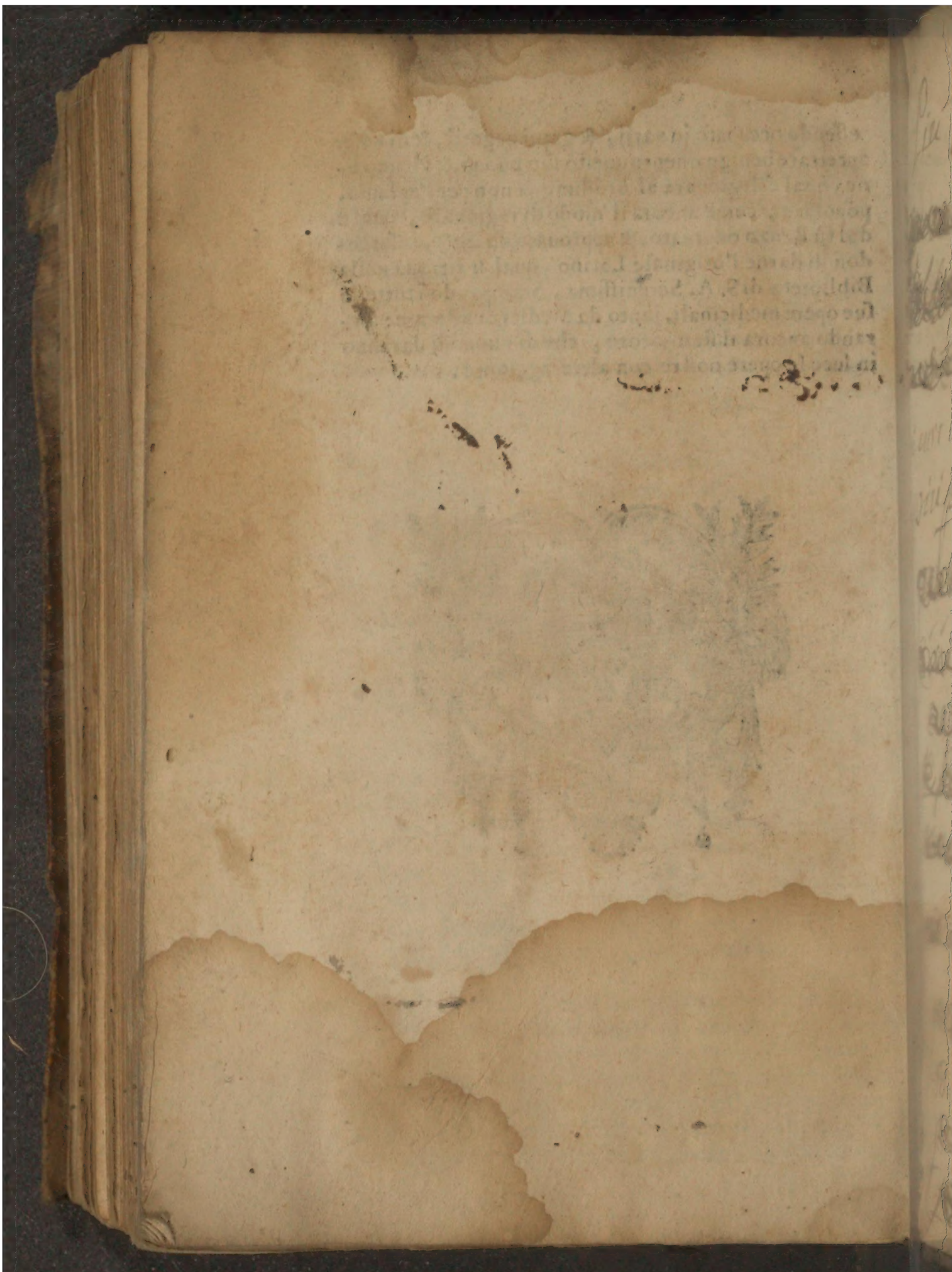
E R R A T A.

Fol. 1	discaccia,	leggi discacij.
11	terreste,	leggi terrestre.
12	anima,	legge aria.
44	infermite,	leggi infermità.
80	rumuci,	leggi rumici.
142	frigico,	leggi frigida.
160	cagna,	leggi canna.
161	Daurica,	leggi Daunica.
188	Amazzi,	leggi Amazza.
194	in	leggi il.
196	vtentior,	leggi vrentior.
240	leua con qual è	superfluo.
255	caminarà,	leggi camminare.
278	coro,	leggi caro.
281	Salernitana,	leggi Salernitana.
397	orlambache,	leggi orobanche.
318	apro,	leggi apros.
844	Aiace,	leggi Aiace.
595	Solarro,	leggi Solarro.
877	Ascendendo,	Leggi acendendo.

Li altri errori di poco portata, come sono molti cor-
 si dal numero plurale al singolare, quero contrò; Pa-
 role che non sono Toscane mà comuni, come ancor,
 le come, li ponti, e distintrioni, lettere false che sono
 scorse inauedutamente, le correggerà il prudente Let-
 tore; pregandolo voler scusare l'Auttore, che non hà
 potuto sodisfare ad ogni cosa secondo il suo intento,
 essendo

essendo occupato in varij, & graui negotij, & di voler
accettare benignamente questo suo buono, & vltimo fi-
ne, qual è di giouare al prossimo, & non per l'aplauso,
popolare; come ancora il modo di ragionare, qual è
dal sù Benzo offeruato, & approuato da tutti, offeren-
dosi di darne l'originale Latino, qual si ritroua nella
Biblioteca di S. A. Serenissima, Stampandosi tutte le
sue opere medicinali, tanto da Medici desiderate: spe-
rando ancora il stampatore, che di nuouo si daranno
in luce le opere nolre con altre aggiunte.





~~Lin London~~
~~London~~
~~London~~
accidit

1. 8.

di curi chirurgie
pui p altra libb.

~~London~~
~~London~~
accidit

~~London~~
~~London~~
13.

~~London~~
~~London~~
13.

~~London~~
~~London~~
14. 5.
11.

~~pro~~ ~~lib.~~ ~~one.~~ 1. ff. 11
~~pro~~ ~~lib.~~ 1. 3 ad 10. ff.
cas.

~~pro~~ ~~lib.~~ 1.

~~pro~~ ~~lib.~~ 1. 3.

~~pro~~ ~~lib.~~ 1. 4.

~~pro~~ ~~lib.~~ ~~one.~~ 10.

~~pro~~ ~~lib.~~ 1.

178

De medicamentis domum
Deo gratias

Guisepe
88

In via de 12. luglio

